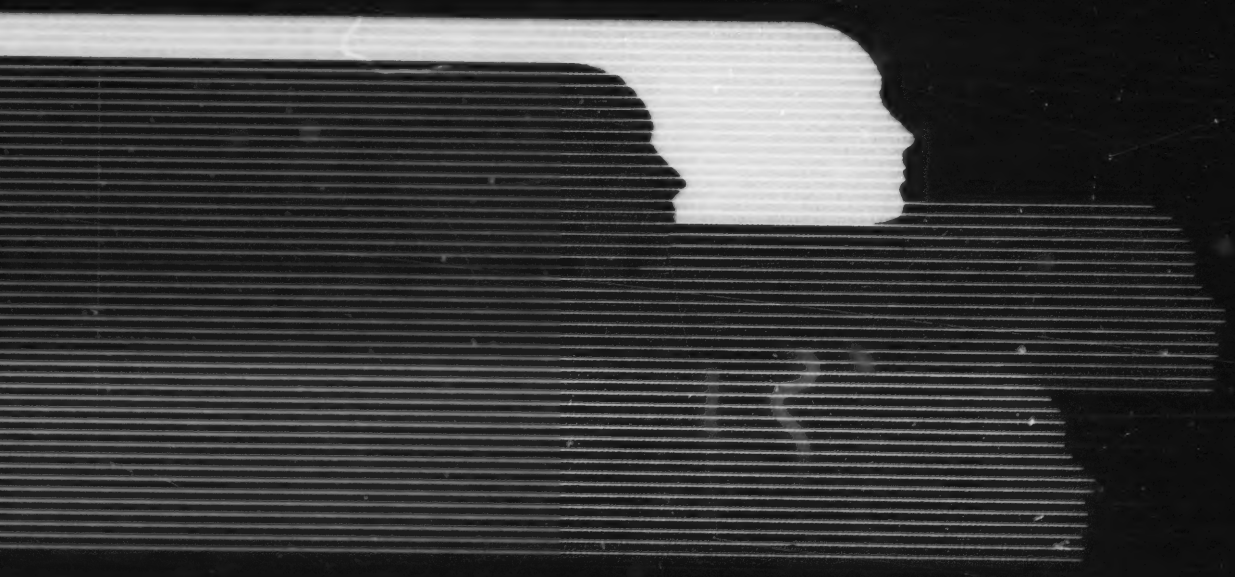
La femme, le sport et l'activité physique

Recherche et bibliographie

par Helen Lenskyj,
docteur en sociologie

Deuxième édition



Gouvernement du Canada
Condition physique et Sport amateur

La femme, le sport et l'activité physique:
Recherche et bibliographie

par Helen Lenskyj
docteur en sociologie

Deuxième édition

Imprimé sur du papier contenant des rebuts recyclés.

92-01476/

Also available in English under the title:
"Women, Sport and Physical Activity: Research and Bibliography"

© Ministre des Approvisionnements et Services Canada 1991

En vente au Canada par l'entremise des

Librairies associées
et autres libraires

ou par la poste auprès du

Groupe Communication Canada — Édition
Ottawa (Canada) K1A 0S9

N° de catalogue H-93-98 / 1990F
ISBN 0-660-92974-0

Données de catalogage avant publication (Canada)

Lenskyj, Helen

La femme, le sport et l'activité physique : Recherche et bibliographie

ISBN 0-660-92974-0
N° de cat. MAS H93-98/1990F

2e éd.
Publ. aussi en anglais sous le titre :
Women, Sport and Physical Activity, Research and Bibliography

1. Sports féminins — Canada. 2. Femmes — Santé et hygiène — Canada.
3. Sports — Canada. 4. Sports féminins — Bibliographie.
5. Femmes — Santé et hygiène — Bibliographie. 6. Sports — Bibliographie.
I. Canada. Condition physique et Sport amateur. II. Titre.

GV709.L4614 1991 613.7'045'0971 C91-098689-4

Table des matières

Avant-propos 5

Poème : Ce présent que nous portons en nous 7

Un mot concernant l'auteure 8

1. Introduction 9

La théorie et la pratique féministes
La théorie féministe et l'égalité des sexes dans le sport
L'égalité des sexes dans le sport
Les mécanismes d'intervention
La place des femmes dans le sport au Canada

2. Sport, culture et société 41

Initiation sociale des filles et des femmes au sport
Sport, sexe et sexualité
Classe sociale, race et appartenance ethnique
Le sport, le sexe et les médias
Le sport dans les écoles, les universités et les localités au Canada
Les carrières dans le sport

3. Considérations d'ordre psychologique 92

La psychologie et l'optique féministe
Variables de la personnalité chez les athlètes féminines
Angoisse engendrée par la compétition et la performance
Exercice et autoreprésentation
Effets de l'exercice sur l'angoisse et la dépression
Comportement d'exercice
Questions d'ordre moral : agressivité, infraction à la règle et violence

4. Considérations d'ordre physiologique 105

Activité physique et santé générale
Activité physique au cours du cycle vital adulte
Activité physique et nutrition
Constitution corporelle et système squelettique
Aptitude à la performance
Certains aspects de la performance athlétique des femmes pendant le cycle vital
Blessures
Filles et femmes avec handicaps
Athlètes en fauteuil roulant : considérations physiologiques

5. L'exercice et la fonction de reproduction 149

Le milieu médical et le mouvement pour la santé de la femme
Fonction menstruelle
Grossesse et lactation
La ménopause

6. Conclusion et suggestions 164

ANNEXE A : Organismes féminins 167

ANNEXE B : Revues et périodiques féministes publiés au Canada 170

INDEX 172

Avant-propos

Je voudrais exprimer à nouveau ma reconnaissance à Sport Canada pour l'aide financière qu'elle a assurée en vue de la réalisation de cet important ouvrage sur la femme et le sport.

Ce projet a été réalisé avec la collaboration d'un comité dont les membres ont révisé les ébauches et offert leurs conseils et leur aide. Je tiens à remercier de leur précieuse collaboration les membres de ce comité: Ann Hall, Suzanne Laberge, Bruce Kidd, Kathy McDonald, Diane Palmason, Richard Paradis, Jerilynn Prior, Elizabeth Ready et Linda Wheeler. Je souhaite également souligner l'aide de nos collègues en poste dans des universités à Ottawa, Kingston, Montréal, Toronto, Winnipeg et Edmonton, et les services du Bureau des traductions de Santé et Bien-être social Canada et de Traduction Équivalent Inc. Je tiens également à remercier Anne Molgat pour sa précieuse contribution à la deuxième édition, et Liz Green pour son appui constant. Les références bibliographiques ont été fournies par le Centre de documentation pour le sport (CDS) et le service de référence spécialisé SIRLS (Specialized Information Retrieval and Library Services).

J'ai eu l'occasion d'animer un atelier lors de la dernière réunion de 1985-1986 du Programme pour les femmes dans le leadership sportif. Cette rencontre, réunissant huit stagiaires (et un bébé), a eu lieu à Ottawa. Le poème qui suit, signé par Karen Larson, une des stagiaires, rend bien l'esprit de groupe et de complicité qui caractérise les féministes qui travaillent ensemble pour changer leur monde. Ce court texte constitue également une introduction appropriée au présent document, dédié à toutes les femmes qui oeuvrent pour changer le monde du sport et des femmes.

Helen Lenskyj

Ce présent que nous portons en nous

Nous nous sommes rassemblées
Pour travailler, partager, rire
et pour écouter...
Nous sommes venues
chercher
la sagesse de nos soeurs :
depuis lors nous laissons percer
l'éclat et la force de nos coeurs.

Nous avons écouté.
Nous avons entendu sa voix :
Et c'était la nôtre.

Elle a dit «la vulnérabilité est une force»,
et «c'est en donnant que l'on reçoit».
«Apprenez» nous a conseillé la voix.
Et c'est ce que nous avons fait :
Nous avons appris une complicité
inattendue,
le silence,
le pouvoir de la colère et de la passion,
la douceur de la chaleur et du soutien,
le cri d'un enfant.

Fortes de notre état de femme,
Nous embrassons nos différences,
Nous célébrons le présent que nous
portons.
Nous esquissons les premiers pas d'une
danse merveilleuse, la danse du
changement.
Et nous nous en réjouissons.

Nous avons trouvé notre voix
...elle est harmonieuse et claire.
Il est temps de faire entendre notre chant.
La scène est à nous.

et nous commençons...

(traduction d'un poème de © Karen Larson, 1986)

Helen Lenskyj, Ph.D., spécialisée en sociologie et en histoire du sport, travaille comme auteure-chercheure à Toronto. Féministe active, elle a été membre du bureau de direction de l'Association canadienne pour l'avancement de la femme et du sport (ACAFS) et elle a produit un document de travail sur l'égalité des sexes dans le sport pour le compte de cette association et pour le Programme pour les femmes de Condition physique et Sport amateur. Son premier livre, *Out of Bounds: Women, Sport and Sexuality*, a été publié par Womens' Press, à l'automne 1986.

Helen est actuellement professeure au *Department of Adult Education* de l'Institut d'études pédagogiques de l'Ontario.

Chapitre un

Introduction

Dans la plupart des secteurs de la recherche scientifique, les chercheur(e)s traitent de leurs sujets au masculin, faisant ainsi complètement abstraction des femmes ou généralisant à partir d'études fondées sur le comportement et le vécu de l'homme. Une telle approche, dite androcentrique, donne une image biaisée et incomplète de l'expérience des femmes, de l'expérience des hommes et de l'expérience humaine et général. De plus, elle ne tient pas compte de l'oppression que subissent les femmes dans une société où le pouvoir et les privilèges sont inégalement répartis entre les deux sexes. Les universitaires féministes ont abordé la question des distorsions d'ordre sexuel dans la recherche en étayant leur approche sur le point de vue de la femme et en formulant des questions et des théories à partir de l'expériences des femmes. Cette étape est nécessaire pour permettre l'imbrication des points de vue masculin et féminin (Eichler et Lapointe, 1985).

Bien que le nombre d'études portant spécifiquement sur les femmes ait considérablement augmenté au cours de la dernière décennie, l'approche androcentrique s'est avérée prédominante au niveau de la recherche dans le domaine du sport. Même si la plupart des chercheurs et des chercheuses continuent de se servir de la performance, de l'expérience et des habitudes sportives de l'homme comme point de référence dans leurs analysés de la femme dans le sport et l'activité physique, certains commencent à pointer leur mire sur la femme ou à adopter une perspective féministe. Ce faisant, ils rejoignent les rangs des universitaires féministes qui, au cours des vingt dernières années, ont écrit un ensemble d'ouvrages respectés et abondamment lus touchant les grandes disciplines. Le point de vue féministe de ce livre surprendra peut-être certains lecteurs et lectrices, car il est étroitement lié aux analyses féministes contemporaines effectuées sur des questions comme l'éducation, l'emploi et la santé.

Introduction à la deuxième édition

Une des premières étapes du processus de compilation de la deuxième édition, au début de 1988, a été de demander la mise à jour des deux principales bases de données qui avaient servi de référence à la première édition: le Centre de documentation pour le sport (CDS), d'Ottawa, et le Centre de données sur la sociologie des loisirs et du sport (CDSLS) de l'Université de Waterloo en Ontario. Chacun a produit des imprimés contenant deux à trois mille publications!

Étant donné ce volume de recherche produit au cours des trois dernières années, il n'a pas été possible de faire un examen aussi rigoureux de toutes les sources, comme cela avait été fait pour la première édition. De nombreux articles ont été intégrés aux sections bibliographiques, en particulier dans les sections 4 et 5, à partir uniquement des résumés fournis soit par l'auteur(e) de l'article soit par le CDS ou le CDSLS. Tout a été mis en oeuvre pour choisir des ressources faisant appel aux femmes mais c'est au lecteur et à la lectrice d'évaluer les nouveaux articles et ouvrages en fonction des critères de sélection énumérés (voir Le choix des ouvrages, p.11).

On trouvera dans les sections bibliographiques les renseignements sur l'endroit où se trouve l'article. Le CDSLS peut fournir aux utilisateurs et utilisatrices toutes les annotations pour toutes ces entrées. La base de données du CDS couvre à la fois les sciences sociales et les sciences médicales alors que le CDSLS ne traite que des sciences sociales.

La plus grande partie des révisions apportées à la deuxième édition est constituée de nouveaux documents, énumérés dans les sections bibliographiques. Dans certains cas, ces sections ont été divisées différemment et de nouvelles sous-sections ont été ajoutées. Des suppressions ont également été effectuées dans l'ensemble du livre afin de mettre à jour les références et le texte et en assurer l'exactitude. Bon nombre des nouvelles sources sont tirées d'ouvrages féministes dans le domaine des sciences sociales et du mouvement pour la santé des femmes. Dans la mesure du possible, la préférence est allée aux documents canadiens.

Les index comme le Women's Studies Abstracts et le Périodiques pour femmes canadiennes: Mots-clés en contexte, publiés par le L'Institut canadien de recherches sur les femmes (ICREF) constituent des outils de recherche utiles. Une récente bibliographie, Women in Sports de Michele Shoebridge (London: Mansell, 1987) donne plus de 1 600 références de publications internationales en anglais. Le Comité du répertoire des femmes canadiennes publiera L'Index des périodiques féministes canadiens 1972-1982 et Le Thésaurus féministe du Canada en 1990;

ces deux ouvrages apporteront une aide précieuse aux chercheurs féministes.

Objet

L'objet du présent livre est de critiquer, en partant d'un point de vue féministe, les documents traitant de la femme dans le sport et l'activité physique dans les grandes disciplines sportives. Chaque critique est suivie d'une bibliographie. Un astérisque est placé à côté des publications les plus importantes. Dans la mesure du possible, les organismes militants et autres sources plus générales sont aussi mentionnés. Le présent document se voulant un instrument de travail pratique, la matière a été divisée par sujets, ce qui explique les nombreux chevauchements et les nombreuses répétitions de sources et de sujets.

Pour ce document, notre choix a été guidé par la qualité plutôt que par la quantité. En raison de la diversité des sujets et de l'inégalité de la profondeur de la recherche, on a dénoté une très grande variation au niveau du volume et de la profondeur des sources énumérées pour chaque partie. Dans certains cas, on a trouvé une abondance de matériel susceptible d'être utile aux lecteurs et lectrices ayant des expériences et des intérêts différents comme, par exemple, des articles de vulgarisation ne portant que sur une seule discipline. Dans d'autres cas, les sources énumérées ont en commun leur côté technique. Bref, le présent ouvrage vise à exposer les grandes idées dans une langue claire et non technique, et de fournir un cadre de données intéressant grâce auquel les lecteurs et lectrices pourront approfondir davantage la question.

La plupart des articles sont tirés de revues scientifiques, mais certains et non les moins importants ont été trouvés dans des périodiques féministes, des magazines sur le sport et des publications populaires. Pour certains sujets, les articles ont été largement tirés de ces dernières sources. Dans d'autres cas, le problème se situait au niveau de la rareté d'ouvrages spécialisés. Pour d'autres sujets, les publications populaires servaient de complément aux articles plus spécialisés, donnant une perspective personnelle ou vulgarisée encore absente des ouvrages scientifiques.

Dans les parties relatives aux sciences sociales, la préférence est allée aux sources canadiennes tandis que, dans les parties sur la physiologie, les sources ont été évidemment plus américaines que canadiennes puisque la plupart des revues médicales et scientifiques publiées en langue anglaise sont américaines. Divers articles d'auteurs britanniques et australiens ont aussi été cités dans les sections sur les sciences sociales, puisqu'ils avaient un certain rapport avec la situation canadienne. La plupart des ouvrages ont été publiés au cours dix dernières années; quelques articles remontant aux années 70 ou avant ont été inclus du fait qu'ils ont été largement utilisés dans les analyses subséquentes ou qu'ils donnent encore le point de vue le plus étoffé ou le plus éclairé sur certaines questions.

Les érudites féministes, comme tous ceux qui cherchent à apporter des changements radicaux à l'ordre établi, font face à des obstacles de taille. Les gardiens traditionnels du savoir, soit ceux qui prennent les décisions en matière de financement et de publication, ont surtout encouragé et aidé à s'établir la recherche effectuée par les hommes. Par conséquent, de nombreux ouvrages féministes sont insuffisamment financés et demeurent non publiés. Le Conseil de recherches en sciences humaines du Canada a publié récemment des lignes directrices pour une recherche non sexiste, initiative qui constitue un pas dans la bonne direction, soit la promotion de l'érudition chez les femmes (Eichler et Lapointe, 1985).

Il est évident que la présence féminine croissante dans la recherche sur les sports arrive à point, étant donné les changements conservateurs, voire régressifs, que nous constatons dans les attitudes de la société et dans les pratiques touchant les femmes et les sports au cours des quelques dernières années. Aux États-Unis, par exemple, les clauses d'égalité de l'article IX (Title IX) ont été gravement érodées par plusieurs décisions récentes de la cour dans divers cas ayant trait aux sports. En Ontario, seule province canadienne à exclure les sports des droits de la personne, les mesures prises pour mettre fin à cette exclusion ont suscité chez bon nombre de gérants sportifs des réactions allant du ridicule à la panique.

Les femmes oeuvrant dans le domaine du conditionnement physique et dans l'administration des sports, les groupes de défense des droits intéressés à la présence des femmes dans les sports, et les étudiant(e)s et chercheur(e)s du domaine trouveront dans cet ouvrage les grandes questions en matière de recherche, une évaluation de la documentation existante, les domaines pouvant bénéficier de recherches futures et les sources pertinentes et récentes pour chaque thème abordé. Cette publication facilitera également la recherche à l'intention des utilisateurs et utilisatrices du CDS et du SIRLS qui, ainsi que les

principales bibliothèques universitaires, regroupent des milliers d'articles et d'ouvrages sur le sujet. Et enfin, l'ouvrage lui-même pourra servir de référence à tous ceux et celles dont la profession ou l'érudition touche les femmes et les sports ainsi que l'activité physique.

Le choix des ouvrages

Le choix des ouvrages s'est fondé sur quatre grands critères, à savoir:

a) l'absence de préjugés liés au sexe et de préjugés hétérosexistes ou autres;

b) l'absence d'hypothèses erronées ou de généralisations non prouvées établies à partir de sujets masculins ou d'un modèle masculin;

c) l'absence de stéréotypes négatifs de la femme, et plus particulièrement de la femme athlète;

d) l'absence de condescendance ou de diktats.

Les articles choisis devaient être exempts de stéréotypes liés au sexe qui biaisent la recherche et présentent une image inexacte ou incomplète de l'expérience des femmes en ne considérant pas les conditions de vie particulières des femmes dans une société où les hommes constituent le sexe dominant (Eichler et Lapointe, 1985). Ainsi, dans le domaine du sport, les études sur les faibles taux de participation des femmes ou sur leurs niveaux de performance moindres ne tiennent généralement pas compte des barrières institutionnalisées qui minent leur participation, ce qui donne lieu à des analyses qui concluent à un prétendu manque d'aptitudes, d'intérêt ou d'engagement des femmes. Dans d'autres analyses, les préjugés liés au sexe sont plus insidieux en ce sens que les auteurs s'en tiennent au modèle traditionnel masculin, lequel modèle met l'accent sur la force, l'endurance, sur l'esprit de compétition et sur la performance. De leur côté, les féministes ont proposé de prendre en considération des valeurs comme la coopération, l'appréciation kinesthésique et la continuité de la participation.

D'aucuns estiment que les préjugés hétérosexistes ont une incidence encore plus grande sur la recherche. Ainsi, par exemple, les féministes radicales ont soutenu que le contrôle qu'exercent les hommes sur la sexualité féminine, lequel contrôle découle en partie de l'institutionnalisation de l'hétérosexualité, est à la base de l'oppression que subissent les femmes (Rich, 1980, Frye; 1983). Il s'ensuit donc que de nombreux travaux de recherche font totalement abstraction de la question relative au fondement social de la sexualité féminine, de la féminité et du rôle sexuel de la femme et considèrent «naturel» un comportement qui est en fait dicté par des forces socioculturelles. En gynécologie sportive, par exemple, l'importance accordée au rôle incontesté d'épouse et de mère de la femme athlète démontre bien les hypothèses hétérosexistes sur lesquelles se fonde la recherche en matière de sport. Nombre d'ouvrages et de publications présentent donc une approche prescriptive, accordant préséance au contrôle médical de la fécondité et ignorant du même coup le droit qu'une femme a de poser des choix éclairés concernant sa carrière dans le domaine du sport, de son mode de vie et de sa fonction de reproduction.

On relève aussi des hypothèses hétérosexistes dans de nombreuses recherches en psychologie sociale et en sociologie touchant, notamment, le rôle sexuel et la socialisation. On a demandé, par exemple, à des sujets masculins d'attribuer une cote aux femmes athlètes quant à leur féminité et à l'attrait qu'elles exercent sur l'autre sexe et on a demandé aux femmes si leur ami ou leur mari les encourageait à faire du sport. Ce genre de question fait totalement abstraction du fait qu'une femme athlète peut vouloir établir des relations avec des personnes de son propre sexe. Plus souvent qu'autrement, ce genre de recherche utilise comme norme la personnalité de la femme non athlète et son identité sexuelle, et compare l'athlète en fonction de cette norme, ce qui fait perpétuer les stéréotypes négatifs de la femme sportive (voir Sport, sexe et sexualité, p. 52).

Au niveau de la physiologie et autres domaines connexes, la recherche menée sur les différences relatives au sexe a rarement été non sexiste ou non fondée sur un modèle masculin. Il est possible d'examiner les différences entre les sexes sans prendre automatiquement comme étalon la physiologie, la performance ou les habitudes des hommes. Une comparaison de la performance athlétique des hommes et des femmes devrait, par exemple, prendre en considération les différences entre les deux sexes au niveau du centre de gravité et de la souplesse (lesquelles différences peuvent prédisposer les femmes en gymnastique, en patinage artistique, etc.), de même que les différences au niveau de la force et de l'endurance (qui font en sorte que les hommes

ont une peformance supérieure dans certains sports). En outre, l'absence de considération des différences reliées au sexe est une observation importante à signaler, surtout au niveau de la recherche en matière de sport où les chercheurs et chercheuses s'attachent depuis longtemps à démontrer la mesure dans laquelle les femmes diffèrent des hommes et, par ricochet, la mesure dans laquelle elles sont mal adaptées à la pratique de certains sports.

Au point de vue langue, il est apparu peu opportun d'exclure de la bibliographie les ouvrages qui emploient la forme masculine pour parler des hommes et des femmes. Il ne faut toutefois pas interpréter l'inclusion de ces ouvrages comme une approbation de cette forme de sexisme. Il est encourageant de constater que certaines maisons d'édition exigent maintenant des textes écrits dans une forme non sexiste, ce qui nous laisse espérer que nous n'aurons plus, dans un prochain ouvrage, à inclure dans notre bibliographie des volumes ou des articles qui n'accordent pas, par le truchement de la langue, de la visibilité aux femmes.

Sauf pour quelques mémoires de maîtrise et thèses de doctorat, choisis à la seule lumière de leurs résumés, les ouvrages et publications énumérés ont tous fait l'objet d'un examen minutieux. Dans les parties de recension, des contraintes de temps et d'espace ont cependant empêché de faire une analyse précise de chacun des ouvrages. Il ne faudrait donc pas conclure que tous les travaux mentionnés dans le présent document méritent le «sceau d'approbation» pour leur perspective féministe. De fait, une minorité seulement de ces travaux méritent un tel sceau, ce qui démontre clairement qu'il y aurait lieu de mener un plus grand nombre de recherches sur le sujet.

Critique féministe
À l'exception de quelques recherches dans le domaine des sciences sociales, les études sur le sport ont rarement été abordées d'un point de vue féministe. Bien que cet aspect suscite depuis la dernière décennie un intérêt de plus en plus marqué, il reste que la recherche *sur les femmes* n'est pas nécessairement une recherche féministe ni une recherche axée sur la femme. À preuve, une bonne partie de ces recherches ne satisfont même pas aux critères fondamentaux énoncés précédemment. Étant donné qu'il existe peu d'analyses explicitement féministes en matière de sport, il a fallu, aux fins du présent ouvrage, consulter d'autres secteurs de recherche et appliquer les connaissances ainsi acquises au contexte du sport. Ainsi, ont été jugés particulièrement pertinents les progrès réalisés dans le domaine de la santé des femmes, surtout en ce qui a trait à la santé mentale et à la fonction de reproduction. Dans d'autres secteurs, les liens qui existent entre le sport et les analyses empruntées étaient plus ténus, mais tout aussi importants. Il est évident que la recherche surtout axée sur l'homme dans la physiologie de l'exercice, la médecine sportive et la psychologie du sport mérite les critiques formulées par les sociologues, les psychologues et les philosophes féministes. Il est aussi nécessaire de remettre en question l'hypothèse fondamentale de l'objectivité scientifique et de dénoncer les effets cachés du sexe, de la classe et de l'origine raciale ou ethnique dans ces sphères de la recherche (voir Critique féministe de la science p. 105).

Consultation
À la fin de chaque section, les ouvrages sont classés par petites unités plutôt que regroupés en une liste exhaustive. Cette méthode facilite la consultation ponctuelle, mais rend par contre plus difficile une vue d'ensemble de la question. C'est pour cette raison que les articles les plus importants sont identifiés dans le texte. Il y a de plus des renvois réciproques dans l'index et dans le cadre même du texte. Pour avoir des précisions sur un ou des sports en particulier, il faut alors consulter l'index puisque ces éléments ne sont pas différenciés dans l'organisation générale du livre.

Tel que mentionné précédemment, la présentation en sections et en sous-sections s'avère nécessaire dans un ouvrage de ce genre, même si elle établit des barrières artificielles entre des sujets alors qu'il est essentiel pour bien saisir diverses questions de déterminer les liens qui existent entre les sciences sociales et les sciences médicales, de même qu'entre les éléments à l'intérieur d'une même discipline. C'est pourquoi le lecteur ou la lectrice est invité(e) à explorer en profondeur chaque sujet en se servant des renvois.

La théorie et la pratique féministes
Les principes d'une analyse féministe étant essentiels à cette discussion, il importe d'expliquer, dès le départ, ce que l'on entend par théorie et par pratique féministes, ce qui constitue une approche de recherche féministe ou axée sur la femme, et de déterminer les répercussions qu'aura une étude portant sur la femme et le sport.

Puisque la théorie, l'analyse et les pratiques politiques féministes ne sont pas monolithiques, on constate une grande diversité de préoccupations et de priorités chez les féministes, représentant des points de vue de tendance libérale, marxiste, socialiste, lesbienne ou radicale. Dans une analyse du féminisme canadien contemporain, Miles soutient qu'en dépit des différences qui les séparent, chaque catégorie compte des féministes qui ont assez de points en commun pour justifier la notion de «féminisme intégriste», laquelle notion propose un nouvel ensemble de valeurs d'intégration associées à la femme et une nouvelle vision du monde (Miles, 1982, p. 12). Dans une large mesure, c'est cette approche intégriste éclectique que l'auteure du présent ouvrage a retenue dans le cadre de son analyse des femmes et du sport.

Il existe entre les diverses idéologies féministes des différences importantes en ce qui a trait à l'explication de l'oppression des femmes, leur application au vécu des femmes et leurs recommandations à un niveau politique. Jaggar et Rothenberg (1984) ont examiné attentivement ces théories et leurs applications au travail rémunéré, à la famille et à la sexualité. Elles ont de plus fait une étude distincte de l'oppression que subissent les femmes de couleur. Hall (1985) analyse les principales approches théoriques en portant une attention spéciale aux questions de l'épistémologie et de la méthodologie, de même qu'à leurs incidences sur l'analyse sociale du sport. Nous examinerons brièvement les quatre principales approches, à savoir les approches libérale, marxiste, socialiste et radicale (cette dernière approche englobe l'approche lesbienne).

Les principales approches théoriques

Pour les féministes libérales, le manque d'égalité des chances pour la femme est à l'origine de l'oppression, surtout dans le milieu scolaire et professionnel; leurs efforts politiques visent donc à corriger ces lacunes structurales. Par ailleurs, les féministes marxistes traditionnelles voient dans les relations de classe sous-jacentes au capitalisme la source principale de l'oppression pour les deux sexes, tandis que les féministes socialistes accordent de l'importance à la spécificité de l'oppression des femmes dans une société de classes: pour elles, il y a exploitation économique des femmes dans le secteur public et contrôle exercé par l'homme sur le travail de production et de reproduction de la femme dans le secteur privé. Le féminisme socialiste préconise donc l'abolition du capitalisme et du patriarcat.

Pour les féministes radicales, la domination systématique de la femme par l'homme dans toutes les sphères de la vie privée et de la vie publique constitue la forme la plus fondamentale et la plus envahissante d'oppression sociale; le contrôle masculin qui s'exerce sur la sexualité féminine en est un exemple flagrant. La lutte que livrent les femmes contre la domination de l'homme englobe les domaines de la famille et de la sexualité, ainsi que ceux de la vie économique et politique. À ce niveau, la solidarité féminine constitue un élément central dans cette lutte.

Les méthodes de recherche féministe

Les bases épistémologiques sur lesquelles les chercheurs et les chercheuses fondent à priori leurs recherches sont implicitement ou explicitement idéologiques. La recherche scientifique n'est ni neutre ni objective et, à l'instar de toutes les activités humaines dans une société sexuée et hiérarchisée, elle se bâtit socialement et s'enracine dans des conceptions de la nature et de la production de connaissances qui sont centrées sur l'homme (Hall, 1985).

Dans son choix de méthodes de recherche compatibles avec sa base épistémologique, l'approche libérale correspond à peu près au modèle fonctionnaliste de la sociologie, selon lequel le comportement social est en grande partie déterminé par les structures sociales et peut être mesuré empiriquement. Au niveau de la recherche sportive, cela pourrait se traduire par l'accent accordé aux méthodes quantitatives qui consistent, par exemple, à mesurer la performance, les variables sur le plan de la personnalité et les taux de participation des femmes par rapport à certains facteurs socio-culturels, sans tenir compte de questions plus générales qui ont trait au cadre idéologique dans lequel se situe le vécu des femmes (voir Sport, culture et société, p. 41).

Face aux considérations épistémologiques, les approches socialistes et radicales exigent que soient pris en considération les fondements idéologiques de la connaissance (sexistes et relatifs aux classes). Elles soutiennent donc que les chercheurs et les chercheuses doivent nécessairement adopter le point de vue des femmes s'ils veulent corriger les préjugés sexistes qui teintent la formulation des questions de recherche, les méthodes employées et l'interprétation des conclusions. Il importe aussi que le chercheur ou la chercheuse et le sujet de la recherche travaillent en étroite collaboration et que le premier se serve de méthodes qualitatives qui tiennent compte du contexte humain (Wine, 1982).

Dans une recherche féministe, il faut prendre en considération les exigences fondamentales de la recherche non sexiste. Il faut nommément percevoir le sexe comme une variable sociale, élaborer des concepts, des modèles, des cadres théoriques et des instruments de recherche tenant compte du sexe, et se servir d'un langage non sexiste approprié au sexe du sujet. Ce genre de lignes directrices apparaît de plus en plus comme une condition essentielle à toute recherche spécialisée valable; ces lignes directrices ne sont pas non plus exclusives à la recherche féministe (Eichler et Lapointe, 1985).

Il faut évidemment que certaines études portent uniquement sur les femmes et sur les filles afin de combler les lacunes qu'ont laissées des générations de chercheurs. En psychologie, par exemple, plus des deux tiers des recherches menées sur l'être humain ont porté sur les hommes pour être ensuite généralisées aux deux sexes (Wine, 1982). Le seul fait de souligner le besoin de mener des recherches sur les femmes ne sous-tend pas pour autant que chaque étude qui porte sur les femmes contribue au corps de la recherche féministe ou à la qualité de la vie des femmes. Ainsi, en gynécologie, la menstruation fait l'objet de recherches considérables depuis un siècle, mais ce n'est que récemment que les médecins (des hommes) ont reconnu que la douleur menstruelle était réelle et qu'elle pouvait être soignée.

Alcoff, L. Justifying feminist social science. *Hypatia 2 (3), 1987, 107-128.*

Benston, M. Feminism and the critique of scientific method. *In, Miles, A. Finn, G. eds., Feminism in Canada: from pressure to politics. Montreal: Black Rose Books, 1982, p. 46-66.*

Comité de féminisation de L'UQAM La féminisation des textes: guide d'écriture. Montréal: Département de Linguistique, Université du Québec , 1987.

Eichler, M. The double standard: a feminist critique of feminist social science. London: Croom Helm, 1980.

Eichler, M. Nonsexist research methods. Boston: Allen and Unwin, 1988.

Eichler, M.; Lapointe, J. On the treatment of the sexes in research. Ottawa: SSHRC, 1985.

Eichler, M. Principes d'une stratégie de recherche pour les femmes. Ottawa: ICREF document no. 10, 1985.

Eichler, M. Les six péchés capitaux sexistes de la recherche. Les cahiers de recherche du Gremf, no. 6. Québec: Université Laval, n.d.

Frye, M. A lesbian perspective on women's studies. *In, Cruikshank, M. ed., Lesbian studies. Old Westbury, N.Y.: Feminist Press, 1982, p. 194-198.*

Frye, M. The politics of reality: essays in feminist theory. Trumansburg, N.Y.: Crossing Press, 1983.

Gilligan, C. In a different voice. Cambridge: Harvard University Press, 1982.

GREMF. Approches et méthodes de la recherche féministe: actes du colloque de mai 1985. Les cahiers de recherche du Gremf, no. 1. Québec: Université Laval, 1985.

Hall, M.A. Knowledge and gender: epistemological questions in the social analysis of sport. *Sociology of sport journal 2 (1), 1985, 25-42.* SIRC, SIRLS

Jaggar, A.; Rothenberg, P. Feminist frameworks. 2nd ed. New York: McGraw-Hill, 1984.

Lapointe, J.; Eichler, M. Le traitement objectif des sexes dans la recherche. Ottawa: CRSHC, 1985.

Lundberg, N. How can we dismantle the master's house? Preliminary report... language of feminist researchers and the terminology of indexes. *Resources for feminist research 13 (3), 1984, 67-68.*

MacKinnon, C. Feminism, marxism, method and the state: an agenda for theory. *Signs 7 (3), 1982, 515-544.*

Miles, A. Introduction. *In, Miles, A. and Finn, G. eds., Feminism in Canada: from pressure to politics. Montreal: Black Rose Books, 1982, p. 9-23.*

Rich, A. Compulsory heterosexuality and lesbian existence. *Signs 5 (4), 1980, 631-660.*

Roberts, H. Doing feminist research. London: Routledge and Kegan Paul, 1981.

Sherif, C. Bias in psychology. *In, Sherman, J. and Beck, E. eds., The prism of sex. Madison: University of Wisconsin Press, 1979, p. 93-133.*

Shoebridge, M. Women in sport. A select bibliography. London: Mansell Publishing Limited, 1987. SIRC, SIRLS

Spender, D. Man made language. London: Routledge & Kegan Paul, 1980.

Stanley, L. How the social science research process discriminates against women. *In, Acker, S. and Piper, D., eds., Is higher education fair to women? Surrey: Society for research in higher education, 1984.*

Vickers, J. Memoirs of an ontological exile: the methodological rebellions of feminist research. *In, Miles, A. and Finn, G. eds., Feminism in Canada: from pressure to politics. Montreal: Black Rose Books, 1982, p. 27-46.*

Weisstein, N. Psychology constructs the female. *In, Gornick, V. and Moran, B. eds., Woman in sexist society, New York, Basic Books, 1971, p. 207-224.*

Wine, J. Gynocentric values and feminist psychology. *In Miles, A. and Finn, G. eds., Feminism in Canada: from pressure to politics. Montreal: Black Rose Books, 1982, p. 67-87.*

Other Resources / Ressources additionnelles

Canadian Women's Indexing Group, Women's Educational Resource Centre
Comité du répertoire des femmes canadiennes, Centre de documentation pédagogique féministe
OISE / IEPO
252 Bloor St. W.
Toronto, Ontario M5S 1V6

Canadian Women's Periodicals
Index des périodiques pour femmes canadiennes:
Canadian Research Institute for the Advancement of Women
Institut canadien de recherche sur les femmes
151 Slater St., Suite 408
Ottawa, Ontario K1P 5H3

La théorie féministe et l'égalité des sexes dans le sport

L'approche libérale veut donner à tous les citoyens et citoyennes le même accès à l'ensemble des activités valorisées sur le plan culturel et leur permettre ainsi de réaliser leur potentialité humaine. Le sport est une de ces activités (English, 1978; Young, 1979). Cette approche est bien documentée dans les ouvrages qui ont trait au sport, surtout dans les publications américaines qui voient les lois sur l'égalité des droits de la personne comme le moyen d'arriver à l'égalité des sexes dans le sport. L'accent mis sur la réforme ou l'assimilation caractérise la manière dont les féministes libérales abordent le changement social: pour elles, si l'on veut mettre fin à la discrimination fondée sur le sexe dans le sport, il faut aussi des lois interdisant la discrimination, des programmes d'action positive et des programmes non sexistes d'éducation physique en milieu scolaire. L'approche libérale préconise aussi que les femmes travaillent au sein des appareils sportifs actuellement dominés par les hommes, du moins dans un premier temps, afin de réaliser un changement social qui mettra la femme sur un pied d'égalité avec l'homme.

Dans leurs analyses du sport, les féministes socialistes traitent de l'interrelation du patriarcat et du capitalisme. Le sport professionnel, hautement commercialisé, s'est toujours développé comme une entreprise capitaliste qui sert les intérêts économiques de l'homme tout en glorifiant le stéréotype de l'homme animé par l'esprit de compétition. Le mythe patriarcal du conflit entre le sport et la féminité est venu légitimer l'exclusion des femmes de ce bastion mâle. Même s'ils ont ébranlé les mythes, les progrès réalisés par les femmes dans le sport professionnel n'ont pas remis en question la nature capitaliste du sport (Bray, 1983, 1985).

Quant aux féministes radicales, elles examinent dans leurs analyses les liens qui existent entre le sport, la féminité et la sexualité, et la manière dont les hypothèses sexistes et hétérosexistes restreignent la participation des femmes dans le sport (Duquin, 1982a; Kidd, 1983; Lenskyj, 1984). Elles considèrent que les attitudes et les coutumes sociales sont des forces puissantes qui perpétuent l'idée de l'infériorité de la femme. Elles voient en même temps les femmes comme des êtres actifs, capables de résister à la domination masculine dans le sport et de contester cette domination (Jennifer Hargreaves, 1982; Willis, 1982). Les féministes radicales voient un risque de cooptation si l'on travaille à l'intérieur du système. D'après elles, le changement social passe ordinairement par la création d'autres institutions et d'autres programmes de sport pour les femmes — sport pratiqué par les femmes, et le sport pour les femmes — plutôt que d'adopter d'emblée le système de valeurs traditionnelles en matière de sport.

Il importe de noter que les différentes approches féministes ne sont pas nécessairement antagonistes et peuvent très bien s'imbriquer dans une stratégie à plusieurs volets visant à entraîner les changements sociaux pour lesquels les féministes luttent depuis longtemps. Comme Miles, certaines universitaires féministes spécialisées en sociologie du sport ont signalé la nécessité de concilier les différentes approches et de travailler pour le changement social sur tous les fronts à la fois (Hall et Richardson, 1982; Westcott et Coakley, 1981; Boutilier et San Giovanni, 1983).

Bain, L.L. The hidden curriculum re-examined. *Quest 37 (2), 1985, 145-153.* SIRC/CDS, SIRLS

Beamish, R. Materialism and the comprehension of gender-related issues in sport. *In, Theberge, N. and Donnelly, P. eds., Sport and the sociological imagination. Fort Worth, Tex.: Texas Christian University Press, 1984, p. 60-81.* SIRC/CDS, SIRLS

Bennett, R.S. et al. Changing the rules of the game - reflections toward a feminist analysis of sport. *Women's studies international forum 10 (4), 1987, 369-379.* SIRC/CDS, SIRLS

Birke, L.I.A.; Vines, G. A sporting chance - the anatomy of destiny. *Women's studies international forum 10 (4), 1987, 337-347.* SIRC/CDS, SIRLS

Birrell, S.; Slatton, B. The embarrassment of competition: why feminists avoid sport. *North American Society for the Sociology of Sport Conference, unpublished paper, 1981, 1-20.* SIRLS

Birrell, S. Separatism as an issue in women's sport. Arena review 8(2), 1984, 21-29. SIRC/CDS, SIRLS

Birrell, S. Studying gender in sport: a feminist perspective. *In, Theberge, N. and Donnelly, P. eds., Sport and the sociological imagination. Fort Worth, Tex.: Texas Christian University Press, 1984, p. 125-135.* SIRC/CDS, SIRLS

Bodenstedt, A.A.; Wasmund-Bodenstedt, U. Gender-specific research premises for the promotion of women's sports. *International review for the sociology of sport 23 (1), 1988, 53-66.* SIRC/CDS, SIRLS

Boutilier, M.A.; SanGiovanni, L. Alternative approaches to sport sociology and feminism. *In, Boutilier, M.A. and SanGiovanni, L. eds., Sporting woman. Champaign, Ill.: Human Kinetics Publishers, 1983, p. 5-22,* SIRLS

Bray, C. Gender and the political economy of Canadian sport. *In, Theberge, N. and Donnelly, P. eds., Sport and the sociological imagination. Fort Worth, Tex.: Texas Christian University Press, 1984, p. 104-124.* SIRC/CDS, SIRLS

Bray, C. Sport, patriarchy and capitalism: a socialist-feminist analysis. Ph.D dissertation. University of Alberta. 1985.

Bray, C. Theoretical approaches to the study of class and gender with respect to sport. *In, Ross, S. and Charette, L. eds., Persons Minds and Bodies..... North York, Ont.: University Press of Canada, 1988, p. 41-49.* SIRC/CDS, SIRLS

Bryson, L. Challenges to male hegemony in sport. *In, Messner, M. and Sabo, D. eds., Critical perspectives on sport, men, and the gender order. Champaign, Ill: Human Kinetics, 1990.*

Bryson, L. Sport and the maintenance of masculine hegemony. *Women's studies international forum 10 (4), 1987, 349-360.* SIRC/CDS, SIRLS

Bryson, L. Sport and the oppression of women. *Australian and New Zealand journal of sociology 19(3), 1983, 413-426.* SIRC/CDS, SIRLS

Carroll, J. Introduction to feminist issues in physical education. *Scottish journal of physical education 8(3), 1980, 20-24.* SIRC/CDS, SIRLS

Critcher, C. Radical theorists of sport: the state of play. *Sociology of sport journal 3 (4), 1986, 333-343.* SIRC/CDS, SIRLS

Darlison, L. The politics of women's sport and recreation - a need to link theory and practice. *In, Welch, A. ed., Women and Recreation, Conference on Women and Recreation. Wellington, N.Z., 1981, p. 15-25.* SIRLS

Darlison, L. Women and sport: a sociological analysis. *In, Shallcrass, J., Larkin, B., and Stothart, B. eds., Recreation reconsidered into the eighties. Auckland: Auckland Regional Authority, N.Z. Council for Recreation and Sport, 1980, p. 35-38.* SIRLS, SIRC/CDS

Darlison, L. Women, sport and ideology in Australia. *National Conference on Women, Sport and Physical Recreation, unpublished paper, 1980.* SIRLS

Duquin, M.E. Feminism and patriarchy in physical education. *In, Dunleavy, A.O., Miracle, A.W. and Rees, C.R. eds., Studies in the sociology of sport. Fort Worth, Tex.: Texas Christian University Press, 1982a, p. 167-179.* SIRC/CDS, SIRLS

Duquin, M.E. Importance of sport in building women's potential. *Journal of physical education, recreation & dance 53(3), 1982b, 18-20;36.* SIRC/CDS, SIRLS

English, J. Sex equality in sports. *Philosophy and public affairs 7(3), 1978, 269-277.* SIRC/CDS, SIRLS

Ey, W. Sport for women - by women. *In, Glencross, D. ed., Sport and the elite athlete - a sports science review. Proceedings of the ANZAAS Congress, Adelaide, S. Australia, 1980, p. 277-291.* SIRLS

Ferris, E.A. Attitudes to women in sport: preface towards a sociological theory. *In, Borms, J., Hebbelinck, M., and Venerando, A. eds, Female athlete: a socio-psychological and kinanthropometric approach. Basel: S. Karger, 1981, p. 12-29.* SIRC/CDS, SIRLS

Grant, C.H.B. The gender gap in sport: from Olympic to intercollegiate level. *Arena review 8(2), 1984, 31-47.* SIRC/CDS, SIRLS

Graydon, J. But it's more than a game. It's an institution. Feminist perspectives on sport. *Feminist review 13, 1983, 5-10;12;14-16.* SIRC/CDS

Greendorfer, S.L. Gender bias in theoretical perspectives - the case of female socialization into sport. *Psychology of women quarterly 11 (3), 1987, 327-340.* SIRC/CDS, SIRLS

Hall, M.A.; Richardson, D.A. Fair ball: towards sex equality in Canadian sport. Ottawa: Canadian Advisory Council on the Status of Women, 1982. SIRC/CDS, SIRLS

Hall, M.A. Females, sport, and biosocial explanations. *In, Vickers, J. ed., Taking gender into account. Ottawa: Carleton Univ. Press, 1984, p. 73-84.*

Hall, M.A. Feminist prospects for the sociology of sport. *Arena review 8(2), 1984, 1-9.* SIRC/CDS, SIRLS

Hall, M.A.; Richardson, D.A. Franc-jeu: vers l'égalité des sexes dans les sports au Canada. Ottawa: Conseil consultatif canadien sur la situation de la femme, 1982. CDS/SIRC, SIRLS

Hall, M.A. (ed.) The gendering of sport, leisure, and physical education. *Women's studies international forum 10 (4), 1987.* SIRC/CDS

Hall, M.A. Knowledge and gender: epistemological questions in the social analysis of sport. *Sociology of sport journal 2 (1), 1985, 25-42.* SIRC/CDS, SIRLS

Hall, M.A. Le sport, les rôles et l'identité selon le sexe. Ottawa: Institut canadien de recherches pour l'avancement de la femme, 1982.

Hall, M.A. Sport, sex roles and sex identity. Ottawa: Canadian Research Institute for the Advancement of Women, 1981. SIRC/CDS, SIRLS

Hall, M.A. Towards a feminist analysis of gender inequality in sport. *In, Theberge, N. and Donnelly, P. eds., Sport and the sociological imagination. Fort Worth, Tex.: Texas Christian University Press, 1984, p. 82-103.* SIRC/CDS, SIRLS

Hargreaves, J. Sport and hegemony: some theoretical problems. *In, Cantelon, H. and Gruneau, R. eds., Sport, culture and the modern state. Toronto: University of Toronto Press, 1982, p. 103-140.* SIRC/CDS, SIRLS

Hargreaves, J. Theorising sport: an introduction. *In, Hargreaves, J. ed., Sport, culture and ideology. London: Routledge & Kegan Paul, 1982, p. 1-29.* SIRC/CDS, SIRLS

Hargreaves, J. Where's the virtue? Where's the grace? A discussion of the social production of gender relations in and through sport. *Theory, culture and society 3 (1), 1986, 109-121.* SIRLS

Humberstone, B. Theoretical development, gender and PE; educational code and the construction of gender with particular reference to outdoor education. *Physical education review 10 (1), 1987, 40-47.* SIRC/CDS, SIRLS

Hundley, J. The overemphasis on winning: a philosophical look. *In, Postow, B.C ed., Women, philosophy, and sport. Metuchen, N.J.: Scarecrow Press, 1983, p. 177-200.* SIRC/CDS, SIRLS

Imray, L.; Middleton, A. Public and private: marking the boundaries. *In, Gamarnikov, E. ed. et al., The public and the private. London: Heinemann, 1983, p. 12-27.*

Jarvie, G. Women in sport: a dialectical process. *Scottish journal of physical education 12(3), 1984, 42-44.* SIRC/CDS, SIRLS

Kidd, D. Getting physical: compulsory heterosexuality and sport. *Canadian woman studies 4(3), 1983, 62-65.* SIRC/CDS, SIRLS

King, H. The sexual politics of sport: an Australian perspective. *In, Cashman, R. and McKernan, M. eds., Sport in history: the making of modern sporting history. St. Lucia: Queensland, University of Queensland Press, 1979, p. 68-85.* SIRC/CDS, SIRLS

LeClair, J. Winners and losers: sport and physical activities in the 1990s. Toronto: Thompson Educational Publishing, 1990.

Lenskyj, H. Sport, femininity and sexuality. *Resources for feminist research 13 (2), 1984, 66-68.*

Lopiano, D.A. A political analysis of the possibility of impact alternatives for the accomplishment of feminist objectives within American intercollegiate sport. *Arena review* 8(2), 1984, 49-61. SIRC/CDS, SIRLS

Melamed, L. Play and playfulness in women's learning and development. Ph.D. dissertation, University of Toronto, 1985.

Metheny, E. Connotations of movement in sport and dance. Dubuque: Brown, 1965. SIRC/CDS, SIRLS

Pongrac, M.B. Feminism and hegemony theory: combining the two in an analysis of women and sport. *Unpublished paper, Carleton University, 1988.*

Pongrac, M.B. Feminist praxis in sport; the 'missing link'. *Starting line 6 (3), 1988, 8-10.*

Postow, B.C. Sport, art, and gender. *Journal of the philosophy of sport 11, 1984, 52-55.* SIRC/CDS, SIRLS

Sherlock, J. The female physical educator in Britain as cultural product and as cultural producer. *In, International Committee for the Sociology of Sport, 8th Symposium. Paris, 1983, p. 583-588.* SIRLS

Shoebridge, M. Women in sport. A select bibliography. London: Mansell Publishing Limited, 1987. SIRC/CDS, SIRLS

Smith, S.L.J. et al. Open-ended participation questions in sport and physical recreation surveys: a possible sex bias. *Research quarterly 51(4), 1980, 732-737.* SIRC/CDS, SIRLS

Talbot, M. Understanding the relationships between women and sport: the contribution of British feminist approaches in leisure and cultural studies. *International review for the sociology of sport 23 (1), 1988, 31-41.* SIRC/CDS, SIRLS

Talbot, M. Women and sport: a gender contradiction in terms? *International Conference of the Leisure Studies Association, unpublished paper, 1984, 1-25.* SIRC/CDS, SIRLS

Theberge, N. Critique of critiques: radical and feminist writings on sport. *Social forces 60(2), 1981, 341-353.* SIRC/CDS, SIRLS

Theberge, N. Joining social theory to social action: some Marxist principles. *Arena review* 8(2), 1984, 11-19. SIRC/CDS, SIRLS

Theberge, N. Sport and women's empowerment. *Women's studies international forum 10 (4), 1987, 387-393.* SIRC/CDS, SIRLS

Thompson, S.M. Challenging the hegemony: New Zealand women's opposition to rugby and the reproduction of a capitalist patriarchy. *International review for the sociology of sport 23 (3), 1988, 205-212.* SIRC/CDS, SIRLS

Westkott, M.; Coakley, J.J. Women in sport: modalities of feminist social change. *Journal of sport and social issues 5(1), 1981, 32-45.* SIRC/CDS, SIRLS

Whitson, D. Structure, agency and the sociology of sport debates. *Theory, culture and society 3 (11), 1986, 99-107.* SIRLS

Williams, C.L. et al. Woman and sport: a lost ideal. *Women's studies international forum 8 (6), 1985, 639-645.* SIRC/CDS, SIRLS

Willis, P. Women in sport in ideology. *In, Hargreaves, J. ed, Sport, culture and ideology. London: Routledge & Kegan Paul, 1982, p. 117-135.* SIRC/CDS, SIRLS

Young, I.M. The exclusion of women from sport: conceptual and existential dimensions. *Philosophy in context 4, 1979, 44-53.* SIRC/CDS, SIRLS

Zechetmeyr, M. Toward a marxist feminist perspective in the sociology of sport. *Conference on Sport and Society, unpublished paper, 1984, 1-13.* SIRLS

Other Resources / Ressources additionnelles

Burstyn, V. Play, performance and power. Transcript, Ideas. Montreal: Canadian Broadcasting Corporation, 1986.

Le numéro spécial de 1987 de *Women's Studies International Forum* sur la sexualisation des sports, des loisirs et de l'éducation physique, édité par M. Ann Hall, fournit une collection précieuse d'articles féministes, à la fois théoriques et pratiques, provenant du Canada, des États-Unis, du Royaume-Uni, de l'Australie, de la Norvège et du Danemark. Il s'agit probablement du premier journal féministe international qui consacre un numéro spécial aux femmes et au sport.

Tous ceux et celles qui ont contribué à ce numéro font une analyse du sport et des sexes qui va bien au-delà des limites habituelles de la sociologie des sports. Ils et elles s'inspirent de travaux de féministes dans divers secteurs comme l'éducation pour la paix, le mouvement pour la santé des femmes, les critiques féministes de la science, l'exploration des liens entre le pouvoir, la sexualité et la sensualité et ainsi de suite. Ce faisant, ils et elles comblent une partie du fossé qui existait entre les études sur les femmes et les études sur le sport, tout en portant les questions du sport et du sexe à l'attention des lecteurs et lectrices et des universitaires féministes.

Les universitaires féministes oeuvrant dans la sociologie du sport et des loisirs continuent de faire des percées considérables en adoptant des solutions inspirées par les femmes et il est encourageant de voir des articles de féministes dans certains journaux de sport destinés aux hommes (par exemple Talbot, 1988; Bodenstedt et Wasmund-Bodenstedt, 1988; Thompson, 1988), ainsi que dans les publications féministes. Comme l'a fait remarquer Talbot (1988), des féministes radicales ont fait des analyses très utiles en allant au-delà des frontières étroites du sport et en examinant les questions plus vastes de la situation des femmes dans la société. Par exemple, les questions de harcèlement sexuel et de homophobie, au travail et dans les loisirs, limitent les options des filles et des femmes en tant qu'entraîneuses, administratrices et participantes dans de nombreux contextes sportifs. (voir Sport et sexualité; Harcèlement sexuel et exploitation sexuelle, pp. 53 et 57).

L'égalité des sexes dans le sport

La législation canadienne sur les droits de la personne

Au Canada, les lois provinciales, le Code canadien sur les droits de la personne et la Charte canadienne des droits et libertés interdisent la discrimination en fonction du sexe. Dans les provinces, les codes s'appliquent à l'emploi dans le sport et à l'accès aux services et aux installations publics. En Ontario, les activités et les organismes du domaine du sport étaient exclus du code sur les droits de la personne de 1981 à 1986.

En ce qui concerne les emplois dans le domaine du sport, les codes sur les droits de la personne du Québec et de l'Ontario, du Manitoba et du Yukon comprennent maintenant des interdictions de discrimination en fonction de l'orientation sexuelle. Des cas tests sont actuellement préparés par le Fonds d'action et d'éducation juridiques pour les femmes (FAEJ) dans l'espoir de montrer que les dispositions de la Charte en matière de discrimination s'appliqueront dans les cas de discrimination fondée sur l'orientation sexuelle. Des pressions s'exercent actuellement afin de faire modifier la Loi canadienne sur les droits de la personne qui régit l'emploi par les ministères du gouvernement fédéral.

Le FAEJ aide le Wen-do Women's Self-Defence Corporation à combattre une plainte de discrimination sexuelle déposée devant la Commission des droits de la personne de l'Ontario par un homme qui s'est vu refuser le droit de se joindre à une classe de Wen-do (voir Les sports et loisirs

exclusivement féminins, p. 73). Le FAEJ avancera que le fait que le Wen-do soit destiné uniquement aux femmes est essentiel pour les préparer efficacement à se défendre contre la violence des hommes. Ces politiques visent à promouvoir l'égalité des femmes et en tant que telles vont dans le sens des dispositions égalitaires de la Loi sur les droits de la personne et de la Charte.

Le FAEJ a également soutenu avec succès, dans une intervention devant la Cour suprême du Canada, que le harcèlement sexuel est une forme de discrimination sexuelle et gêne considérablement les femmes au travail. Cette interprétation féministe des lois sur les droits de la personne a des conséquences importantes sur l'emploi dans le domaine du sport et dans d'autres professions dominées traditionnellement par les hommes.

Les plaintes de discrimination en raison de sexe émanant des associations sportives sont généralement jugées en vertu des codes provinciaux, mais la Commission canadienne des droits de la personne peut invoquer sa compétence lorsqu'une ligue sportive nationale est en cause, comme ce fut le cas en 1980 quand il a été démontré qu'une plainte déposée contre la ligue canadienne de football, intéressait plusieurs provinces. Toutefois, en 1984, dans un cas de discrimination sexuelle survenu lors d'un tournoi international de soccer junior, un tribunal canadien des droits de la personne a jugé que les activités de l'Association canadienne de soccer étaient du ressort de la province et n'étaient donc pas de sa compétence. Le siège social de l'association, comme celui de toutes les associations sportives nationales, est situé à Ottawa et le tournoi s'était déroulé à Toronto, ce qui assujettissait cette plainte au code de l'Ontario (Barnes, 1983; Lenskyj, 1984b).

La modification apportée au code de l'Ontario en 1981 permettait la discrimination fondée sur le sexe pour les motifs suivants: sélection des membres d'une association sportive, accès aux services ou aux installations d'un club récréatif ou participation aux activités d'un organisme sportif. En 1982, le gouvernement de l'Ontario établissait un groupe d'étude sur l'égalité des chances dans le sport sous la présidence de John Sopinka. Son mandat consistait à déterminer quels changements d'ordre législatif ou autre s'imposaient, le cas échéant, pour donner aux deux sexes des possibilités égales. Dans son rapport, le président recommandait de n'apporter des changements que dans le cas des collèges et des universités afin d'assujettir leurs programmes sportifs au code alors que les programmes scolaires et les associations communautaires et provinciales continueraient d'en être exclus (Sopinka, 1983, 1984). Cette situation a eu pour effet de refuser aux femmes qui avaient été exclues de sports dominés par les hommes, la possibilité de déposer une plainte auprès de la Commission des droits de la personne. Des cas de discrimination sexuelle dans le sport ont été résolus en faveur de la plaignante par les tribunaux des droits de la personne dans plusieurs autres provinces.

Au début de 1985, Justine Blainey, 12 ans, s'est vue refuser de jouer dans une équipe de hockey de Etobicoke en raison du règlement de la Ontario Hockey Association excluant la participation des joueuses. Lors du procès, la Cour divisionnaire a rendu sa décision contre Justine Blainey mais en 1986, la Cour d'appel a rejeté l'article 19(2) du Code sur les droits de la personne de l'Ontario, en alléguant qu'il était contraire à la Charte canadienne. La Cour d'appel a entendu une intervention en faveur de Justine Blainey de l'Association canadienne pour l'avancement de la femme et du sport (ACAFS) et du FAEJ. L'appel de la Ontario Hockey Association devant la Cour suprême du Canada a échoué et en décembre 1987, la Commission de l'Ontario des droits de la personne a décidé que la OHA et le club de Etobicoke avaient enfreint le Code des droits de la personne en interdisant à Justine Blainey de jouer. Face à cette décision fondamentale, il n'est plus possible d'interdire aux femmes de faire partie d'équipes masculines ou de pratiquer des sports réservés aux hommes. Mais ni le Code de l'Ontario révisé ni la décision concernant Justine Blainey *n'exigent* l'intégration des deux sexes dans les sports et les dispositions concernant des mesures d'action positive contenues dans la Charte et les codes provinciaux continuent de permettre des programmes uniquement féminins.

La contestation juridique en faveur de l'égalité des sexes sert à sensibiliser le public à la discrimination sexuelle dans le sport et le pousse à agir, bien que, de l'avis de tous, ce moyen soit coûteux et exige beaucoup de temps et ne profite directement qu'à une minorité de femmes. Comme dans d'autres situations en matière de sport féminin, les filles dont les luttes font la manchette deviennent d'importants modèles pour leurs consoeurs, en faisant mentir le mythe qui veut qu'aucune fille ne soit assez bonne pour se mesurer aux garçons.

Aitken, J. She shoots, she scores. *Weekend magazine, 12 Feb 1977, 10-11.*

Barnes, J. Sports and the law in Canada. Toronto: Butterworths, 1983. SIRC/CDS, SIRLS

Brodsky, G. Justine Blainey and the Ontario Hockey Association: an overview. *CAAW&S newsletter 5 (2), 1986, 17.* SIRC/CDS, SIRLS

Canadian Human Rights Commission. Wood and Sullivan v. Canadian Soccer Association. *Unpublished Canadian Human Rights Commission decision, 1984.*

The Charter of Rights (report). *Herizons 3, Apr 1985, 17-21.*

Devenney, R.A.B. The law and Canadian amateur sports administration in the second-half of the 1980's. *CAHPER journal 51 (4), 1985, 21-23.* SIRC/CDS, SIRLS

Galasso, P.J. The rights of athletes. Les droits des athlètes. *CAHPER journal 51 (4), 1985, 39-44.* SIRC/CDS, SIRLS

Hall, M.A.; Richardson, D.A. Fair ball: towards sex equality in Canadian sport. Ottawa: Canadian Advisory Council on the Status of Women, 1982. SIRC/CDS, SIRLS

Hall, M.A.; Richardson, D.A. Franc-jeu: vers l'égalité des sexes dans les sports au Canada. Ottawa: Conseil consultatif canadien sur la situation de la femme, 1982. CDS/SIRC

Kidd, B. Ontario legalizes discrimination. *Canadian woman studies 4(3), 1983, 69-71.* SIRC/CDS, SIRLS

Lenskyj, H. Les femmes et le sport: participation intégrée ou distincte mais comparable. Female participation in sport: the issue of integration versus separate-but equa.. CAAWS/ACAFS 1984. CDS/SIRC, SIRLS

Lenskyj, H. Recommendations on ice. *Broadside 6 (4), 1985, 5.* SIRC/CDS

Leopold, M.; King, W. Compulsory heterosexuality, lesbians and the law: the case for constitutional protection. *Canadian journal of women and the law 1 (1), 1985, 163-186.*

Manley, C. et al. Courts in the classroom. Calgary: Detselig, 1986.

Ontario Human Rights Commission Board of Inquiry. Bannerman v. Ontario Rural Softball Association. *Unpublished Ontario Human Rights Commission Board of Inquiry decision, 1979.*

Ontario Human Rights Commission Board of Inquiry. Cummings and Cummings v. Ontario Minor Hockey Association. *Unpublished Ontario Human Rights Commission Board of Inquiry decision, 1977.*

Sopinka, J. et al. Can I play? Report of the Task Force on Equal Opportunity in Athletics. Vols. 1 & 2. Toronto: Task Force on Equal Opportunity in Athletics, 1983, 1984. SIRC/CDS, SIRLS

Tarnopolsky, W.; Beaudoin, G. The Canadian Charter of Rights and Freedoms: commentary. Toronto: Carswell, 1982.

Tarnopolsky, W.S. The equality rights in the Canadian Charter of Rights and Freedoms. *Canadian bar review 61 (1), 1983, 242-264.*

Vanstone, V. Myths, physiological bugaboos and the Ontario Human Rights Commission. *Ontario sportscene 5(2), 1983, 8-11.* SIRC/CDS

L'intégration

Afin de traduire la polarité de la théorie et de la pratique féministes, où se retrouvent, à un extrême, l'idéologie libérale et à l'autre, l'idéologie radicale, les tenants de l'égalité des sexes dans le sport pourront voir soit l'intégration, soit des sports distincts pour chaque sexe (ou une combinaison des deux) comme le moyen le plus efficace pour arriver au but. Il y a des points forts et des points faibles dans les deux formules.

Dans un monde où la domination de l'homme a toujours été forte, il semble peu probable qu'une femme ait réellement la possibilité de participer de façon comparable. En ce qui a trait aux sports d'équipe, par exemple, si les programmes dispensés aux femmes dans un établissement d'enseignement ou par une association sportive peuvent correspondre exactement à ceux qui sont prévus pour les hommes, il y a toujours le risque que la qualité de l'entraînement et de

l'équipement, l'accès aux installations, le financement ou le parrainage ne soient pas les mêmes pour les deux sexes, étant donné l'importance donnée aux sports d'équipe masculins dans la plupart des écoles et des localités.

Pour résoudre ce problème, un moyen serait de prévoir les mêmes fonds, le même entraînement, les mêmes installations, etc. pour les filles et les femmes qui participent à un sport équivalent, ce qui permettrait d'exploiter les points forts qui sont propres à celles-ci. Mais le problème reste entier : non seulement une telle activité a-t-elle peu de chances d'être vue comme un sport véritable, elle risque d'être considérée comme une version féminine diluée d'un sport masculin, auquel elle sera probablement comparée défavorablement.

L'âge est aussi un point important à prendre en considération. Durant l'enfance, les différences sexuelles dans l'aptitude physique ne sont pas assez marquées pour justifier l'existence de programmes de sport distincts, et le fait d'introduire des divisions artificielles entre sports pour garçons et sports pour filles à un jeune âge signifie généralement moins de défis physiques et un programme dilué pour les filles. En outre, si une minorité de filles peut, passé la puberté, rivaliser avec les garçons dans les sports basés sur la force et l'endurance, le sexe est un des facteurs les moins importants dans les sports qui mettent l'accent sur l'habileté, l'agilité, la coordination, la précision, la stratégie, etc.

Il n'y a donc, par conséquent, aucune raison valable de séparer les adultes dans ces sports. De même, n'importe quel sport de loisir pourrait tenir compte des différentes aptitudes des joueurs et des joueuses, de manière à ce que le jeu soit passionnant pour tout le monde; cela pourrait se faire, par exemple, en changeant les règles qui avantagent les joueurs en raison, de leur taille, de leur habileté ou de leur expérience.

L'intégration a comme avantage de donner aux filles et aux femmes l'accès à un appareil sportif qui est très perfectionné sur le plan des programmes professionnels et des posssibilités et pour lequel un financement, tant privé que public, est garanti. Il est vrai que le système est actuellement dominé par les hommes, mais le déséquilibre finirait par être corrigé si un programme d'action positive était mis en oeuvre pour qu'il y ait une représentation égale de femmes chez les entraîneurs, chez les officiels et dans l'administration.

Du côté des inconvénients, l'intégration comporte le risque de cooptation pour les femmes qui pénètrent dans des systèmes sportifs dominés par les hommes et sont impuissantes à réaliser des changements de l'intérieur, comme elles espéraient le faire. Elles n'auront guère d'autres choix que d'accepter le code sportif masculin traditionnel et de contribuer à un système qui, pour de nombreuses féministes, perpétue des valeurs patriarcales.

Quand on examine la question de l'intégration, il importe de ne pas traiter le sport masculin comme un phénomène monolithique. Postow (1982) a analysé les implications morales de la participation des femmes aux sports masculins et elle a fait des distinctions utiles entre, par exemple, les sports qui renforcent la solidarité masculine au moyen de l'agressivité et de la compétitivité et ceux qui exploitent la supériorité de l'homme sur le plan de la vitesse ou de la force. Il est donc possible de trouver des solutions propres à chaque sport et on ne peut pas alléguer que la participation des femmes dans *un* sport masculin, quel qu'il soit, perpétue un système oppressif pour les femmes (Postow, 1981, 1982; Vetterling-Braggin, 1981; Grim, 1981).

Certaines féministes radicales qui favorisent la notion de sport contrôlé par les femmes, pour les femmes, caractérisé par la coopération plutôt que par la compétitivité, épousent la formule de sports distincts pour chaque sexe. Il arrive souvent par contre, que la même solution soit souvent appuyée par les néo-conservateurs et les traditionalistes des deux sexes qui voient bien que le mélange des sexes sur le terrain et l'entrée des filles dans des sports d'équipe traditionnellement masculins ont une plus grande incidence sur les relations sociales fondées sur la domination de l'homme et la soumission de la femme.

On peut donc voir que ces questions sont fort complexes et qu'il est peu probable qu'une seule solution serve à la fois les intérêts de toutes les filles et de toutes les femmes dans tous les contextes sportifs.

Les femmes américaines dans les sports continuent d'être victimes des problèmes qui découlent de l'amalgame obligatoire des départements de sport dans les universités, les postes d'entraîneur et d'administrateur des sports féminins étant de plus en plus souvent accaparés par des hommes (Uhlir, 1987; voir également Les carrières dans le sport; L'entraînement, pp. 81 et 83). D'autre part, les objectifs et les valeurs des

sports féminins sont modifiés en raison du rôle important que les hommes y jouent dans la définition de leur orientation. Les athlètes féminines participant à des manifestations intercollégiales dans les années 1970 par exemple, considéraient que la victoire était secondaire par rapport à l'amitié et au plaisir qu'elles prenaient à ces activités alors que dans les années 1980, leurs priorités sont beaucoup plus proches de celles de leurs homologues masculins, qui tendent à penser que la victoire est primordiale (Croxton et al., 1987).

Insistant sur le fait que les classes d'intégration n'entraînent pas nécessairement l'égalité des sexes, Griffin (1989a, 1989b) a élaboré une méthode utile permettant d'évaluer l'équité dans les programmes d'éducation physique intégrés. En combinant une analyse de l'égalité des sexes et des races, elle a choisi six dimensions de programmes clés et donné des exemples de discrimination, de préjugés, de pratiques justes et positives de la part des enseignant(e)s et des élèves. Par exemple, l'interaction des élèves entre eux est discriminatoire lorsqu'ils font du harcèlement sexiste ou raciste alors que l'interaction positive est caractérisée par l'auto-réglementation des élèves par rapport au comportement stéréotypé sur le plan sexuel et racial.

La méthode de Griffin montre comment les enseignant(e)s peuvent dépasser le stade du comportement «équitable», c'est-à-dire non sexiste et non raciste, pour adopter une approche positive qui, intentionnellement et consciemment, pousse les étudiant(e)s à adopter des attitudes antisexistes et anti-racistes dans les classes d'éducation physique. Les études sur l'enseignement féministe autre que l'éducation physique fournissent également des stratégies positives très intéressantes (Weiler, 1988; Spender et Sarah, 1980).

Bandy, S.J. Equality and sport: a philosophic view. *American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance national convention, unpublished paper, 1984, 1-10.* SIRLS

Belliotti, R.A. Women, sex, and sports. (discussion and critical notes) *Journal of the philosophy of sport 6, Fall 1979, 67-78.* SIRC/CDS, SIRLS

Cloutier, M.J. Le combat des judokas féminines au Québec. *Canadian woman studies/Les cahiers de la femme 4(3), 1983, 77-78.* CDS/SIRC, SIRLS

Cooper, A. Gender and primary school physical education. *British journal of physical education 17 (4), 1986, 148.* SIRC/CDS, SIRLS

Croxton, J.S. et al. Gender differences in attitudes toward sports and reactions to competitive situations. *Journal of sport behavior 10 (3), 1987, 167-177.* SIRC/CDS, SIRLS

Crum, B. A critical analysis of Korfball as a "non-sexist sport". *International review for the sociology of sport 23 (3), 1988, 233-241.* SIRC/CDS, SIRLS

Daniels, D. Females in sport and physical activity: identifying and overcoming the barriers to participation. *Unpublished paper, Canadian Association for the Advancement of Women and Sport, 1987.*

Diller, A.; Houston, B. Women's physical education: a gender-sensitive perspective. *In, Postow, B.C. ed., Women, philosophy, and sport. Metuchen, N.J.: Scarecrow Press, 1983, p. 246-277.* SIRC/CDS, SIRLS

Duquin, M.E. Reflections on sexual segregation in youth sport. *Physical educator 38(2), 1981, 65-70.* SIRC/CDS, SIRLS

English, J. Sex equality in sports. *Philosophy and public affairs 7(3), 1978, 269-277.* SIRC/CDS, SIRLS

Evans, J. Some thoughts on the political and pedagogical implications of mixed sex grouping in the physical education curriculum. *British educational research journal 13 (1), 1987, 59-71.*

Fasting, K. Sports and women's culture. *Women's studies international forum 10 (4), 1987, 361-368.* SIRC/CDS, SIRLS

Felshin, J.; Oglesby, C.A. Transcending tradition: females and males in open competition. *Journal of physical education, recreation and dance 57 (3), 1986, 44-47;64.* SIRC/CDS, SIRLS

Fuller, L. It's all a question of access: researching women and the Olympics. *Starting line 6 (1), 1987, 11-12;23.*

Geadlemann, P. et al. Chapter 1. *In, Geadlemann, P. et al., eds., Equality in sports for women. Washington: AAHPER, 1977, p. 1-25.*

Griffin, P. Equity in the gym: what are the hurdles? *CAHPER journal 55 (2), 1989a, 23-26.* SIRC/CDS, SIRLS

Griffin, P. Assessment of equitable instructional practices in the gym. *CAHPER journal 55 (2), 1989b, 19-22.* SIRC/CDS, SIRLS

Grim, P. Sports and two androgynisms. *Journal of the philosophy of sport 8, Fall 1981, 64-68.* SIRC/CDS, SIRLS

Hall, M.A.; Richardson, D.A. Fair ball: towards sex equality in Canadian sport. Ottawa: Canadian Advisory Council on the Status of Women, 1982. SIRC/CDS, SIRLS

Hall, M.A.; Richardson, D.A. Franc-jeu: vers l'égalité des sexes dans les sports au Canada. Ottawa: Conseil consultatif canadien sur la situation de la femme, 1982. CDS/SIRC, SIRLS

Hoffman, A. Equality in fitness? While football is king, women lose out. *Status of women news 5 (2), 1978, 18-19.* SIRC/CDS

Humberstone, B.J. Challenging gender stereotyping through adventure education. *In, Trends and developments in physical education: proceedings of the VIII Commonwealth and International Conference on Sport, Physical Education, Dance, Recreation and Health. London: E. & F.N. Spon, 1986, p. 438-445.* SIRC/CDS, SIRLS

Kidd, B.; Eberts, M. Athletes' rights in Canada. Toronto: Ministry of Tourism and Recreation, 1982. SIRC/CDS, SIRLS

Kidd, B. et al. For amateur boxing: the report of the Amateur Boxing Review Committee. Toronto: Ministry of Tourism and Recreation, 1983. SIRC/CDS

Laberge, S. Le marathon des femmes. *Mouvements, hiver 1985, 23-25.* CDS/SIRC

Laliberté, V. La discrimination sexuelle en sport: mythe ou réalité? Thèse (M.Sc.), Université Laval 1984.

Lemaire, L. Women and athletics: toward a physicality perspective. *Harvard women's law journal 5, 1982, 121-192.* SIRC/CDS

Lenskyj, H. Can he play? Can she play? *Mudpie 4 (1), 1984a, 12;19.* SIRC/CDS

Lenskyj, H. Les femmes et le sport: participation intégrée ou distincte mais comparable. Female participation in sport: the issue of integration versus separate-but equal. CAAWS/ACAFS, 1984b. CDS/SIRC

Marburger, D.R. A comparison of Canadian and U.S. women's athletics since Title IX. *Physical educator 44 (2), 1987, 314-320.* SIRC/CDS, SIRLS

McCarthy, M. Title IX: a decade later. *Journal of educational equity and leadership 2(3), 1982, 215-220.* SIRLS

Ontario Women's Interuniversity Athletic Association. Philosophy. Ontario Women's Interuniversity Athletic Association, 1985.

Pannick, D. Sex discrimination in sport. Manchester: Equal Opportunities Commission, 1983.

Postow, B.C. Women and masculine sports: androgyny qualified. *In, Vetterling-Braggin, M. ed., Femininity, masculinity and androgyny: a modern philosophic inquiry. Totawa, N.J: Rowman and Littlefield, 1982, p. 268-278.* SIRLS

Postow, B.C. Women, philosophy, and sport:. Metuchen, N.J.: Scarecrow Press, 1983. SIRC/CDS, SIRLS

Segal, P. State constitutional equal rights provisions: legal tools for achieving sex equity in education. *Journal of educational equity and leadership 2 (4), 1982, 85-99.*

Spender, D.; Sarah, E. Learning to lose. London: Women's Press, 1980.

Talbot, M. Professionals working together toward equality of opportunity. *CAHPER journal 55 (2), 1989, 12-18.* SIRC/CDS, SIRLS

Uhlir, A. The wolf is our shepherd: shall we not fear. *Phi Delta Kappan 64, Nov 1982, 172-176.* SIRLS

Uhlir, G.A. Athletics and the university: the post-woman's era. *Academe 73 (4), 1987, 25-29.* SIRC/CDS, SIRLS

United States. Commission on Civil Rights. Dept. of Health, Education and Welfare. National Institute of Education. More hurdles to clear: women and girls in competitive athletics. Washington, D.C.: Educational Resources Information Centre, 1980. SIRC/CDS

Vertinsky, P. The evolving policy of equal curricular opportunity in England: a case study of the implementation of sex equality in physical education. *British journal of education studies 31(3), 1983, 229-251.*

Vetterling-Braggin, M. Cooperative competition in sport. *In, Postow, B.C. ed., Women, philosophy, and sport. Metuchen, N.J.: Scarecrow Press, 1983, p. 123-132.* SIRC/CDS, SIRLS

Vetterling-Braggin, M. One form of anti-androgynism. *Journal of the philosophy of sport 8, Fall 1981, 55-59.* SIRC/CDS, SIRLS

Weiler, K. Women teaching for change. South Hadley: Bergin and Garvey, 1988.

Winkler, C. The organization and regulation of sport. *In, Proceedings of the New Agenda Conference. Washington, 1983.*

Young, I.M. The exclusion of women from sport: conceptual and existential dimensions. *Philosophy in context 4, 1979, 44-53.* SIRC/CDS, SIRLS

Les mécanismes d'intervention

Conférences et organismes

La première Conférence nationale sur la femme et le sport, organisée par la Direction générale de la condition physique et du sport amateur à Toronto en 1974, a donné lieu à des projets d'action détaillés portant sur la recherche, les programmes de cours, l'administration du sport, l'entraînement, le sport commercial, la compétition, les enfants et les médias, autrement dit, les impératifs pour réaliser le changement (voir le Rapport de la conférence nationale, 1974). Les mêmes recommandations étaient faites en 1980, lors de la conférence tenue à l'Université Simon Fraser de Vancouver, ce qui avait amené les délégués à envisager la nécessité de créer un organisme national pour les filles et les femmes dans le sport (Popma, 1980).

En 1981, un atelier organisé à l'Université McMaster de Hamilton aboutissait à la formation de l'Association canadienne pour l'avancement de la femme et du sport (ACAFS), qui avait pour mandat de faire de la recherche, de défendre les intérêts des sportives, de produire des documents d'information et un bulletin trimestriel, d'organiser la tenue d'une conférence annuelle à l'échelle nationale, ainsi que de voir à l'organisation de manifestations sportives auxquelles participeraient des filles et des femmes dans le cadre de la Semaine nationale de l'activité physique (Keyes, 1981; Theberge, 1983).

En 1980, un groupe de femmes du Centre sportif ontarien décida de constituer l'Administration des femmes actives dans le sport (WASA), groupe qui a pour but de favoriser le développement professionnel, de soutenir les femmes dans le sport et d'établir la communication avec d'autres groupes féminins. À peu près à la même époque, un groupe de femmes de la Faculté d'éducation physique et des loisirs de l'Université de l'Alberta organisait une conférence nationale sur les femmes et l'administration sportive dans les universités canadiennes (Hall et coll., 1981). La principale inquiétude du groupe, c'était la perte d'autonomie que subissaient les femmes dans les départements de sport des universités depuis la fusion de l'Union féminine sportive interuniversitaire canadienne et de l'Union sportive interuniversitaire canadienne (voir Le sport dans les écoles, les universités et les localités au Canada, p. 68; Les carrières dans le sport, p. 81).

Il a été reconnu que l'existence de rapports étroits à l'intérieur des groupes féminins et entre eux est essentielle pour mener à bien ces inter-

ventions. Pour être utiles, les réseaux pourront englober les mouvements pour la santé des femmes, les organismes féminins d'enseignement et de recherche et les groupements politiques féminins qu'intéresse un ensemble étendu de questions. Les organismes appropriés sont énumérés dans l'annexe A, p. 167.

Les mécanismes d'intervention

Organisations et conférences

Au cours des trois dernières années, l'ACAFS a poursuivi ses efforts d'intervention au niveau communautaire, provincial et national. Elle a en particulier mis sur pied des groupes d'affinité locaux, des ateliers pour les filles d'âge scolaire et des conférences provinciales et nationales. Le magazine de l'ACAFS, Action, autrefois intitulé Le point de départ, et le Bulletin de l'ACAFS, sont publiés trois fois par an et présentent des nouvelles sur les réseaux féminins ainsi qu'une analyse et des commentaires féministes.

Depuis 1987, les représentantes de l'ACAFS ont exercé des pressions sur les ministères provinciaux au sujet de la place des femmes dans les politiques sur le sport. La Colombie-Britannique a commencé son processus d'élaboration de politique en 1987 après avoir constitué un comité directeur où siégeaient des représentantes de femmes participant à des activités sportives et physiques de toute la province. Un programme ayant recours à l'élite des athlètes féminines pour parler aux élèves des écoles secondaires est actuellement mis en oeuvre et le comité prévoit d'organiser des sondages auprès des associations sportives et de s'engager dans des campagnes de sensibilisation et de lobbying.

En Ontario, la dernière version de la politique sur la femme et le sport a été achevée en 1989, à la suite d'un processus de consultation entrepris par le ministre de la Culture et des Loisirs en 1987-1988. Les représentantes de l'ACAFS ont rencontré des responsables ministériels avant et pendant le processus de consultation.

Au Québec, les membres de l'ACAFS ont établi, en 1988, le Comité des femmes et du sport en association avec le ministère des Loisirs, de la Chasse et de la Pêche et espèrent contribuer à l'élaboration des politiques. Leur plan immédiat consiste à organiser des sondages auprès des associations sportives et de constituer des réseaux (voir également Les femmes et les loisirs, p. 77).

En Nouvelle-Écosse, l'ACAFS est représentée au Comité des femmes et du sport de Sport Nova Scotia, organisé en 1988 et qui prévoit de faire porter ses efforts sur l'élaboration d'une politique provinciale et d'étudier la situation actuelle des femmes et des filles.

La conférence de 1988 de l'Association canadienne pour la santé, l'éducation physique et les loisirs (ACSEPL) comportait plusieurs sessions sur l'égalité des sexes, dont on a rendu compte dans le numéro de mars/avril de 1989 du Journal CAHPER/ACSEPL, volume 55:2. L'ACSEPL a adopté cinq résolutions portant sur les questions d'équité dans une grande variété de secteurs, notamment les politiques, la programmation, la recherche, le financement, la qualité de l'éducation physique quotidienne et l'enseignement donné par les professeurs. Une des résolutions présentées par l'ACSEPL énonçait que l'homophobie devrait être reconnue comme un problème d'équité dans l'éducation physique.

La conférence de 1987 de l'Institut canadien de recherches pour les femmes (ICREF) avait pour thème les femmes et le bien-être. De nombreuses autres conférences féministes prévoient également des sessions sur les sports et le conditionnement physique. L'édition de 1987 de l'annuaire «Everywoman's Almanach» témoigne de la conscientisation croissante chez le mouvement féministe sur ces questions. Ce numéro, portant sur les femmes, le conditionnement physique et le sport, et publié par la Women's Press (Toronto) comprend des entrevues avec 12 Canadiennes, de 12 à 79 ans.

La Conférence internationale sur l'exercice, le conditionnement physique et la santé s'est tenue à Toronto en 1988. Le programme final de la conférence ne comportait que quatre femmes chercheurs sur un total de 62 intervenants mais les protestations ultérieures et les pressions exercées par les féministes à l'endroit du comité organisateur entièrement masculin de la conférence et l'un des organismes fondateurs, Condition physique Canada (ex. Hall, 1987) ont permis de mettre sur pied une session spéciale sur une politique des femmes et du sport, qui a connu un grand succès et à laquelle participait un groupe de quatre universitaires féministes spécialisées dans les études féminines, la médecine, les sciences sportives et les sciences sociales. Mais l'inclusion par les organisateurs de la conférence d'un document de J.C. Prior, «Exercise, fitness and reproductive health», au programme «maladie» plutôt qu'au programme «adaptation à l'activité physique» a fait la preuve de la persis-

tance de la perspective traditionnelle masculine sur les sciences sportives qui voient les femmes comme l'«autre» et la physiologie féminine vulnérable à la maladie (Naylor, 1988). (voir Le milieu médical et le mouvement pour la santé de la femme, p. 149).

La conférence a eu également un autre résultat positif, à savoir l'élaboration d'une déclaration unanime non sexiste qui constitue le premier chapitre des débats de la conférence qui ont été publiés (Bouchard et coll., 1990). La partie de la déclaration intitulée «Physical Activity, Fitness and Reproductive Health» reflétait le modèle adaptateur plutôt que le modèle de la maladie. D'autre part, le chapitre de J.C. Prior sur la reproduction (Prior, 1990) comportait une critique incisive des préjugés sexistes inhérents à la physiologie des exercices traditionnels, dont on trouve un exemple dans la déclaration d'un organisateur de la conférence qui désignait les femmes comme un «groupe d'intérêt particulier» dont la perspective ne justifiait pas qu'on les prenne en compte dans la sélection des intervenants.

Il est encourageant de voir que la Commonwealth and International Conference on Physical Education, Sport, Health, Dance, Recreation and Leisure de 1990 (Auckland, Nouvelle-Zélande) comportait des sessions sur les femmes et l'activité physique dans le programme quotidien. Mais les hommes étaient encore une fois surreprésentés dans le programme consacré aux sciences des exercices et un document faisant une critique féministe des sciences sportives (Lenskyj) a été présenté à la section des femmes et de l'activité physique même s'il portait clairement sur les sciences de l'exercice.

Le programme préalable du Congrès mondial sur le sport pour tous, tenu en 1990 à Tampere, en Finlande, ne comportait aucun sujet sur les femmes et les filles et la liste préliminaire des documents ne faisait aucune mention d'analyses explicites en fonction des sexes. De même, le programme préliminaire du Symposium international de 1990, Sport...Le troisième millénaire, faisait état d'une sous-représentation des intervenantes (9 p. 100), des femmes au comité organisateur (13 p. 100) et le manque de thèmes portant sur les sexes. À la suite de protestations de femmes et d'hommes à ce sujet, certains programmes ont été modifiés pour tenir compte de ces problèmes.

Il est à espérer que *tous* les organisateurs de conférence finiront par comprendre la nécessité urgente d'une égalité des sexes dans le processus de planification, le nombre des présentateurs et les thèmes et sous-thèmes de la conférence. Il importe également que l'on reconnaisse la nécessité de faire entendre aux hommes qui oeuvrent dans les sciences des sports dominés par les hommes les critiques féministes à l'égard des préjugés sexuels qui caractérisent invariablement le modèle fondé sur la maladie.

Baxter, B. Organizing: a guide to starting community sport and fitness activities. Vancouver: CAAW&S BC Chapter, 1983.

Bouchard, C. et al. Exercise, fitness and health: a consensus of current knowledge. Champaign, Ill.: Human Kinetics Publishers, 1990.The consensus statement, 3-28. SIRC/CDS

Canadian Association for the Advancement of Women and Sport. Association canadienne pour l'avancement de la femme et du sport. Policy - a tool for change. Ottawa: CAAWS/ACAFS, 1990.

Canadian Association for the Advancement of Women and Sport. Association canadienne pour l'avancement de la femme et du sport. Women, sport and physical activity (statement of philosophy). La femme, le sport et l'activité physique (énoncé de mission). Ottawa: CAAW&S/ACAFS, 1988.

Fecteau, M.; Soulire, D. Un projet alternatif: Femme-Action. *Desport 32, automne 1983, 26-27.*

Fitness and Amateur Sport Women's Program. Proceedings of the National Leadership Conference for Women in University Sport. Montreal: Concordia University, 1987.

Hall, M.A. Letter to Otto Jelinek. *Starting line 6 (1), 1987, 18.*

Hall, M.A. et al. Women in athletic administration at Canadian universities: a report of a National Conference sponsored by the Faculty of Physical Education and Recreation, University of Alberta, 1981. SIRC/CDS

Imperative for change: report of the National Conference on Women and Sport. Ottawa: Ministry of National Health and Welfare, 1974.

Keyes, M.F. Advancement of women and sport - a planning workshop. Hamilton: McMaster University School of Physical Education, 1981. SIRC/CDS

Kidd, B.; Eberts, M. Athletes' rights in Canada. Toronto: Ministry of Tourism and Recreation, 1982. SIRC/CDS, SIRLS

Lenskyj, H. In support of choice. Par respect de la liberté d'opinion. *Starting line/Point de départ 7 (1), 1988, 6-9.*

Lewis, P. Women athletes and the Olympics. *Starting line 7 (1), 1988, 14-15.*

Mazzara, M. Blueprint for participation. *Breaking the silence 7 (1), 1988, 20-21.*

McDonald, K. Changing the system - what are the possibilities? Transformer le système - quelles en sont les possibilités? *Starting line/Point de départ 6 (3), 1988, 10-13.*

McKay, L. Refusing to leave change to chance. *Action 7 (2), 1989, 22-23.*

Naylor, P. Report on ICEFH. *Starting line 7 (1), 1988, 21.*

Peel, A. Everything you wanted to know about lobbying in a sportsman's world. *Starting line 7 (1), 1988, 13-14.*

Popma, A. Female athlete. Proceedings of a National conference about women in sports and recreation. Institute for Human Performance, Simon Fraser University, British Columbia, 1980. SIRC/CDS, SIRLS

Prior, J.C. Reproduction: exercise-related adaptations and the health of women and men. *In, Bouchard, C. ed., Exercise, fitness and health: a consensus of current knowledge. Champaign, Ill.: Human Kinetics, 1990, p. 661-675.* SIRC/CDS

Rakowski, J. Politics of bicycling. John Rakowski interviews members of the Philadelphia Bicycle Coalition. *Bicycling news Canada 5(1), 1983, 18-20.* SIRC/CDS

Theberge, N. Feminism and sport: linking the two through a new organization. *Canadian woman studies 4(3), 1983, 79-81.* SIRC/CDS, SIRLS

Van Oosten, M. Women in sport: a model for change. Les femmes dans le sport: une image à changer. *Champion 13 (1), 1989, 52-57.* SIRC/CDS

Other Resources / Ressources additionnelles

Acheson, E. Women and legal action: precedents, resources and strategies for the future. Femmes et action juridique: précédents, ressources et stratégies pour l'avenir. Ottawa: Canadian Advisory Council on the Status of Women/Conseil consultatif canadien de la situation de la femme, 1985.

Fraser, J.; Hendry, E. Women's networks in Canada. Vancouver: Centre for Continuing Education, University of British Columbia, 1982.

Hill, K. Helping you helps me. Ottawa: Canadian Council on Social Development, n.d.

Kome, P. Play from strength. Ottawa: Canadian Advisory Council on the Status of Women, 1983.

Le Gras, J.A. Publishing the limits: reflections on Alberta women's strategies for action. Edmonton: Unique Publishing Association, 1984.

National Association of Women and the Law. Association nationale de la femme et le droit. Getting started - organizing a women's group and your responsibilities as director. Se mettre en marche - établir un groupement de femmes et vos responsabilités en tant que directrice. NAWL/ASFD, n.d.

Romeder, J.M. Self-help groups in Canada. Ottawa: Health and Welfare Canada, 1982.

Saskatchewan. Department of Labour. Women's Division. For women: problem solving and action planning kit. n.d.

Women's Self-Help Network. Working collectively. Courtenay, B.C.: North Island Women's Services Society, n.d.

Women's Self-Help Network. Working together for change: women's self-help handbook. Courtenay, B.C.: North Island Women's Services Society, 1984.

Mesures officielles

Le groupe d'étude sur la condition de la femme que la municipalité de Toronto a mis sur pied en 1976 est un exemple des mesures adoptées par les gouvernements locaux. Le Comité des loisirs a établi l'existence de la discrimination sexuelle dans les programmes offerts aux filles et aux femmes par le Service des Parcs et des Loisirs de Toronto et a mis en évidence le peu de possibilités d'avancement laissées aux monitrices de loisirs. Certaines des recommandations du comité ont été mises en oeuvre par la suite (Mayor's Task Force, 1976).

En partie pour donner suite au rapport du Groupe d'étude sur l'égalité des chances dans le sport mis sur pied par le gouvernement de l'Ontario, le Conseil scolaire d'Ottawa a mené une enquête sur les programmes de sports et la participation des élèves de la quatrième à la douzième année, dont il a présenté les résultats à John Sopinka en 1983 (Quirouette, 1983). Un comité de liaison composé de représentant(e)s des conseils scolaires et de la ville d'Ottawa a été par la suite mis sur pied afin d'étudier la participation des garçons et des filles à l'activité physique. Des études sur la participation féminine ont été également réalisées par le Comité de la situation de la femme du Conseil scolaire de Toronto, le groupe d'étude sur les femmes dans l'éducation physique de Halton (Halton Women in Physical Activity (Halton County)) et par le Conseil scolaire de ce comté (Sopinka, 1984). Dans le cadre d'une étude apparentée, le Conseil scolaire de Carleton, dans la région d'Ottawa, avait élaboré un programme de modèles féminins à imiter visant à favoriser la participation des filles dans le sport (Spence, 1984).

Après qu'un projet pilote de deux ans se soit révélé très réussi, la ville d'Ottawa a récemment approuvé un programme, Les femmes et le sport, qui offre la possibilité aux jeunes filles actuellement inactives de 13 à 17 ans de faire du sport. Le sous-comité de liaison sur la participation dans les sports auquel siègent des représentant(e)s de la ville d'Ottawa, des conseils scolaires d'Ottawa, de l'ACAFS et d'autres organismes, a été constitué en 1982 pour traiter des problèmes de la participation féminine (Phillips, 1986). *On the Move* est une trousse de ressource qui décrit le programme Les femmes et le sport et présente des directives aux programmateurs et programmatrices. Cette brochure a été produite conjointement en 1989 par le programme Les femmes et le sport de la ville d'Ottawa, le Programme pour les femmes de Condition physique et Sport amateur et le Programme pour les femmes dans le leadership sportif. D'autres groupes locaux de l'ACAFS, en collaboration avec les autorités municipales, prévoient d'adopter le modèle d'Ottawa, qui a eu des applications utiles dans un certain nombre de contextes récréatifs.

À l'échelon fédéral, la Commission royale d'enquête sur la situation de la femme, créée en 1970, représentait une étape préliminaire importante. Dans son rapport, la Commission établissait que les filles avaient beaucoup moins tendance que les garçons à prendre part aux programmes scolaires d'activité physique. Selon la recommandation 78, une recherche s'imposait afin de déterminer les raisons des taux de participation moindres chez les filles et de proposer des solutions (Rapport de la Commission royale d'enquête, 1970).

En 1980, la Direction générale de la condition physique et du sport amateur établissait son Programme pour les femmes dans le but de susciter des moyens d'intéresser les femmes au sport et au conditionnement physique. Le Programme comporte deux volets, à savoir les contributions aux associations nationales, qui permettent à celles-ci de mettre en oeuvre des programmes de sport et de conditionnement physique à l'intention des femmes, et les stages pour les femmes athlètes, grâce auxquels des femmes peuvent devenir cadres dans les domaines de l'administration et de l'entraînement en matière de sport et

de condition physique. Le Programme a aussi pour but d'assurer la liaison avec les autres programmes fédéraux visant à améliorer la condition de la femme et avec les organismes féminins, de susciter l'élaboration de lignes directrices ayant trait au sport et à la condition physique pour les femmes, et de favoriser l'enseignement et la recherche. Plusieurs associations sportives nationales ont maintenant un comité féminin qui est chargé d'étudier les besoins des filles et des femmes et qui travaille de concert avec les responsables du Programme. De plus, tous les ministères provinciaux et territoriaux du sport et des loisirs ont parmi leur personnel un membre qui assure la liaison avec les responsables du programme fédéral.

Un autre organisme fédéral, le Conseil consultatif canadien sur la situation de la femme, a pour mandat de conseiller le gouvernement et de renseigner le public sur la façon d'améliorer la condition féminine. En 1982, le Conseil publiait le rapport *Franc-jeu*, préparé par M. Ann Hall et Dorothy Richardson, premier document canadien à traiter exhaustivement la question. Par la suite, le Conseil faisait six recommandations visant à supprimer les injustices dont les femmes sont victimes dans le sport. Le Conseil préconisait notamment que les fédérations nationales de sport, les responsables des loteries et les associations sportives financées par les deniers publics, de même que le Consil de la radiodiffusion et des télécommunications canadiennes, trouvent le moyen de subventionner équitablement les femmes dans le sport et de leur assurer une représentation égale. Le Conseil proposait aussi de donner au Programme pour les femmes de Condition physique et Sport amateur un rôle plus fort pour surveiller à cet égard les associations sportives nationales (Les femmes et le sport au Canada, feuillet n° 9).

Plusieurs ministères des sports et loisirs provinciaux se sont penchés sur la participation des femmes dans le domaine sportif, en tant qu'athlètes et en tant que chefs de file. Le ministère de la Jeunesse et des Loisirs du Nouveau-Brunswick a parrainé, en avril 1985, un symposium abordant les questions de programmes, de leadership et de financement (Coffey, 1985). Le ministère du Tourisme et des Loisirs de l'Ontario a créé recemment un programme intitulé *Women's Initiative Program* destiné a accroître la présence des femmes dans les sports ainsi que dans les postes cadres, de même qu'à encourager les femmes déja actives à participer davantage. À cette fin, la somme de 40 000 $ est allouée chaque année à dix organismes sportifs provinciaux. Le programme *Ontario Best Ever Program* a été crée en 1985 pour promouvoir la participation des femmes à tous les niveaux et pour mieux faire connaître cette participation. Celui-ci a également pour but de multiplier, à l'intention des femmes, les occasions de participer dans les sports de haute performance. (voir également Organisations et conférences, p. 27).

En 1986, Sport Canada publiait sa Politique sur les femmes dans le sport qui stipule qu'à tous les échelons du système sportif, «les femmes doivent avoir autant de possibilités que les hommes de participer à un sport, de former des athlètes, de jouer un rôle d'officiel ou d'administrateur». Lorsque l'allocation des ressources est source d'inégalité fondée sur le sexe, la politique énonce que les contributions de Sport Canada dépendront des garanties d'une répartition plus équitable des associations sportives nationales.

Le document de Sport Canada présente treize énoncés de politique portant sur les sujets suivants: élaboration de politiques et de programmes; stratification des sports; infrastructure sportive; formation au rôle de direction; compétition de haute performance; encouragement à la participation; allocation de ressources; liaison; recherche; étude; promotion; initiatives, surveillance et évaluation. On trouve en dernier lieu une énumération des principales activités à entreprendre lors de la mise en oeuvre de la politique. Les treize secteurs identifiés dans la politique constituent un modèle utile pour les associations sportives et d'autres groupes qui planifient des politiques et des programmes afin qu'ils puissent répondre au problème permanent de l'inégalité sexuelle dans le sport.

Condition physique et Sport amateur a entrepris un certain nombre d'activités ayant pour sujet les femmes, notamment «La femme handicapée et l'activité physique — une enquête nationale» qui a été réalisée en 1987 et en 1986, trois ateliers sur les femmes âgées qui ont abouti à un rapport intitulé «L'activité physique et le vieillissement: les femmes».

L'École nationale pour femmes entraîneurs, créée en 1987 pour les femmes et commanditée par un partenariat constitué d'organismes nationaux, notamment l'Association des entraîneurs du Canada, le CIAU, l'Association

canadienne du sport collégial, l'ACAFS, le Programme pour les femmes dans le leadership sportif et Sport Canada, est un programme d'une semaine exclusivement pour les femmes à l'intention des entraîneurs de volleyball et de basketball et qui se fonde sur un modèle féministe du sport.

En 1988, Condition physique Canada a établi un programme pour les femmes, connu sous le nom de Femmes en marche, afin que les filles et les femmes aient les mêmes possibilités de participer à tous les aspects de l'activité physique et d'en bénéficier. Le ministère a également préparé un Manuel pour la programmation des activités physiques et un document pour le milieu du conditionnement physique ainsi qu'un Guide pour éviter le sexisme dans la langue parlée et écrite et dans les documents visuels, sous une forme laminée.

Santé et Bien-être social Canada a également pris certaines mesures au sujet de la condition physique dont deux rapports, datant de 1989, sur les questions de prévention, à la suite d'une étude sur la promotion de la santé datant de 1985 (voir Activité physique au cours du cycle vital adulte, p. 110) et un document de travail de 1988: Le poids et la santé: document de travail (voir Activité physique et nutrition, p. 116; Les troubles alimentaires chez les athlètes, p. 121). Le numéro spécial du printemps de 1987 de Promotion de la santé portait sur la santé des femmes et les femmes qui prennent soin des autres au foyer (voir Le milieu médical et le mouvement pour la santé de la femme, p. 149).

Les comités de femmes continuent de prendre de l'importance et d'influencer les programmes et les politiques des associations sportives nationales; on trouvera un répertoire de toutes les femmes jouant un rôle à ce sujet au bureau national de l'ACAFS et plusieurs comités de femmes ont rédigé des bulletins destinés aux femmes. (Palmason, 1987a, 1987c).

Le Groupe de travail national sur les jeunes femmes et l'activité physique a présenté en 1988 un rapport sur les modèles de participation actuels et les stratégies de changement. (voir Quelques effets de l'âge sur la condition physique, p. 138). Le Groupe de travail énonçait sans équivoque que les organismes financés à même les fonds publics doivent faire la preuve que les programmes et les services offerts donnent les mêmes chances aux hommes et aux femmes (Dahlgren, 1988).

Blanchard, L. La vélorution de Québec: extraits de la constitution de Vélo Québec. *Bulletin de L'ACAFS 3 (1), 1984, 11.*

Canada. Condition physique et Sport amateur. Répertoire canadien des femmes dans le leadership sportif 1981-1982. Ottawa: Ministre des Approvisionnements et Services Canada, 1982. CDS/SIRC

Canada. Fitness and Amateur Sport. Canadian directory of women in sport leadership 1981-1982. Ottawa: Minister of Supply and Services Canada, 1982. SIRC/CDS

Canada. Fitness and Amateur Sport. Canada. Condition physique et Sport amateur. Sport Canada policy on women in sport. Politique de Sport Canada sur les femmes dans le sport. Ottawa: Fitness and Amateur Sport / Condition physique et Sport amateur, 1986. SIRC/CDS, SIRLS

Canada. Fitness and Amateur Sport. Women's Program. Canada. Condition physique et Sport amateur. Programme pour les femmes. Women in sport leadership: summary of national survey. Femmes dans le leadership sportif: résumé de l'enquête nationale. Ottawa: Fitness and Amateur Sport / Condition physique et Sport amateur, 1982. SIRC/CDS, SIRLS

Canada. Fitness Canada. Canada. Condition physique Canada. A handbook for physical activity programmers. Manuel pour la programmation des activités physiques. Gloucester, Ont.: Fitness Canada / Condition physique Canada : Women in motion / Femmes en marche, 1989 SIRC/CDS

Canada. Royal Commission on the Status of Women. Education and stereotypes. *In, Royal Commission on the Status of Women, Report. Ottawa: Information Canada, 1970, p. 173-187.*

Canadian Advisory Council on the Status of Women. Women and sport in Canada. Les femmes et le sport au Canada. *Canadian Advisory Council on the Status of Women Fact sheet 9, 1982.*

Canadian Federation of Sport Organizations for the Disabled. Fitness Canada, Women's Program. Condition physique Canada, Programme pour les femmes. Fédération canadienne des organisations de sport pour handicapés. Physical activity and women with disabilities... a national survey. La femme handicapée et l'activité physique... une enquête nationale. Ottawa: Canadian Federation of Sport Organizations for the Disabled and Fitness Canada, 1989. SIRC/CDS

Dahlgren, W.J. A report of the National Task Force on Young Females and Physical Activity: the status quo and strategies for change. Ottawa: Fitness Canada and Fitness and Amateur Sport Women's Program, 1988.

Dahlgren, W.J. Rapport du groupe d'étude national sur les jeunes femmes et l'activité physique: le statu quo et les stratégies en vue de changements. Ottawa: Condition physique Canada et Condition physique et Sport amateur Canada, Programme pour les femmes, 1988. CDS/SIRC

Hall, M.A.; Richardson, D.A. Fair ball: towards sex equality in Canadian sport. Ottawa: Canadian Advisory Council on the Status of Women, 1982. SIRC/CDS, SIRLS

Hall, M.A.; Richardson, D.A. Franc-jeu: vers l'égalité des sexes dans les sports au Canada. Ottawa: Conseil consultatif canadien sur la situation de la femme, 1982. CDS/SIRC

Kidd, B. A brief to the Standing Committee on Resource Development, Legislative Assembly of Ontario, re Bill 7, an act to revise and extend protection of human rights in Ontario. Toronto, 1981.

Mayor's Task Force on the Status of Women. Report of the Recreation Committee. Toronto, 1976.

Ontario Ministry of Tourism and Recreation. A provincial policy for women in physical activity and sport. Final draft, 1988.

Palmason, D. Change can be brought about: a look at several active National Women's Committees. Les femmes vont de l'avant. *Starting line/Point de départ 6 (1), 1987, 5-9.*

Palmason, D. Fitness and Amateur Sport Women's Program update. *Starting line 6 (2), 1987, 21-22.*

Palmason, D. A look at active national women's sport and fitness committees. *Starting line 6 (2), 1987, 20-21.*

Phillips, S. The girls' and women's fitness and sport festival. *CAAWS newsletter 5 (1), 1986, 9.*

Sopinka, J. et al. Can I play? Report of the Task Force on Equal Opportunity in Athletics. Vols. 1 & 2. Toronto: Task Force on Equal Opportunity in Athletics, 1983, 1984. SIRC/CDS, SIRLS

Vail, S. What the federal government is doing to promote women's sport. *Canadian woman studies 4(3), 1983, 75-76.* SIRC/CDS, SIRLS

Women in sport and fitness leadership. Leading opportunities for women in sport. Les femmes et le leadership sportif. *CAAWS newsletter/Bulletin 4 (2), 1985, 3-6;21-23.*

Other Resources / Ressources additionnelles

National Coaching School for Women/École nationale pour femmes entraîneurs
CIAU/USIC
1600 James Naismith Drive
Gloucester, Ont. K1N 5B4
613-748-5619

Women and Sport Program, City of Ottawa. On the Move (resource kit). Fitness and Amateur Sport, 1989.

Women in Motion/Femmes en marche
Fitness Canada/Condition physique Canada
365 Laurier West
Ottawa, Ont. K1A 0X6
613-992-5482

Women in Sport and Fitness Leadership/Le Programme pour les femmes dans le leadership sportif
1600 James Naismith Drive
Gloucester, Ont. K1N 5B4
613-993-0900

Women's program/Programme pour les femmes
Fitness and Amateur Sport/Condition physique et Sport amateur
365 Laurier West
Ottawa, Ont. K1A 0X6
613-992-9231

La place des femmes dans le sport au Canada

Contexte

Pour se situer vraiment dans un cadre féministe, la recherche sur l'évolution des femmes dans le sport doit tenir compte d'autres facteurs. Cette recherche doit englober aussi l'élément plus vaste de la culture féminine pour que les valeurs, les institutions et les relations qui agissent sur la vie des femmes puissent être comprises. Tel que le fait la recherche en sciences sociales, il est important de voir les femmes comme des créatrices de leur culture et de leur expérience, comme des agents plutôt que des victimes (Johansson, 1976; Lerner, 1979).

Les sources officielles — documents des gouvernements, rapports des ministères de l'Éducation et revues médicales, par exemple — présentent habituellement une version subjective de l'histoire des femmes teintée par l'Anglo-Saxon de classe moyenne. Pour avoir un point de vue plus complet et plus juste du vécu féminin, il faut donc étudier en même temps la documentation qui vient des femmes elles-mêmes, lettres, revues et histoires orales, par exemple. De cette manière, il est possible de voir que les femmes se sont opposées aux mentalités et aux coutumes patriarcales qui restreignaient leur vie, au lieu de présumer qu'elles s'y sont pliées automatiquement, comme le laissent souvent entendre les sources officielles. Dans le domaine du sport, songeons par exemple à l'importance accordée aux menstruations : s'il convient de reconnaître le point de vue général des médecins au début du siècle, plus précisément le conseil donné généralement aux jeunes femmes de s'abstenir de toute activité physique pendant leurs règles, il est aussi nécessaire d'examiner la situation qui existait en réalité, ce qu'on peut vérifier en interrogeant des femmes qui faisaient du sport à ce moment-là.

Les biographies contemporaines de femmes qui se sont distinguées dans le domaine du sport sont précieuses en ce qu'elles viennent éclairer des côtés cachés de l'histoire des femmes. Mais une de leurs grandes faiblesses, c'est qu'elles tentent à simplifier outre mesure le contexte social ou à ne pas en tenir compte, et qu'elles oublient en grande partie les effets différents de la classe sociale et de la race ou du groupe ethnique sur la carrière sportive des femmes. Ces ouvrages individualisent généralement le vécu et les réalisations des athlètes en insistant sur leurs aptitudes et leurs efforts exceptionnels plutôt que d'expliquer comment elles ont façonné les mentalités et les coutumes qui avaient cours au sujet de la présence des femmes dans le sport à certaines époques et comment elles ont elles-mêmes été façonnées par ces mentalités et ces coutumes.

Le choix des époques pour la recherche historique a toujours été déterminé par des événements qui avaient plus d'importance historique pour la vie des hommes que pour celle des femmes, la Confédération ou les deux guerres mondiales, par exemple. L'étude de l'évolution des femmes dans le sport devrait tenir compte d'autres événements aussi. L'invention de la bicyclette, le droit de vote pour les femmes et l'adoption de lois sur l'égalité des droits revêtent à cet égard une importance particulière.

L'évolution des femmes dans le sport

Si beaucoup de monographies, d'articles et de chapitres de livres documentent l'évolution de la

femme dans le sport, l'activité physique et l'éducation physique aux États-Unis, le nombre de documents qui parlent de ce qu'ont vécu les filles et les femmes du Canada est plus limité. Sur le plan des tendances historiques générales, les sources américaines ont toutefois un certain rapport avec la situation canadienne. Les médecins et les éducateurs physiques de l'Ontario et du Québec anglais par exemple, ont été fortement influencés par leurs homologues américains des états du nord-est et il y a eu pollinisation considérable des mentalités et des coutumes au début du siècle grâce à des publications et des conférences spécialisées (Lenskyj, 1983a).

Parmi les travaux canadiens, il faut citer un ouvrage de Cochrane, Hoffman et Kincaid (1977), qui relate l'histoire du sport féminin et son contexte socio-culturel du 17e siècle à nos jours, et la thèse de Hall (1968), où l'étude s'arrête à la Première Guerre mondiale. Gurney (1979) documente l'évolution du sport et de l'éducation physique chez les filles dans les écoles secondaires de l'Ontario du début du 19e siècle à nos jours. Parkes (1961) brosse le tableau du sport féminin à l'Université de Toronto tandis que Jackson (1965) décrit les progrès réalisés en matière d'éducation physique pour les femmes à l'université.

Dans ce secteur mal exploré, la recherche descriptive représente une première étape essentielle pour que les historiens et historiennes aient le matériel de base qui leur permettra d'élaborer une approche analytique. Mais à ce jour, la situation que les Canadiennes ont vécu dans le sport et l'activité physique n'a pas été approfondie, même sur le plan descriptif ou documentaire. Les effets du sport sur la santé et la condition physique des femmes ont généralement été oubliés; la manière dont le pouvoir et les prérogatives de l'homme sont depuis toujours consacrés par les usages masculins en matière de sport et les liens connexes qui existent entre sport et féminité ou masculinité n'ont pas été parfaitement examiné; enfin, ces questions ont rarement été analysées d'un point de vue féministe. Ces lacunes, de même que la connaissance incomplète des problèmes qui ont trait au sport, nuisent à la pensée féministe dans d'autres disciplines, la sociologie, la philosophie et la psychologie par exemple. Dans sa thèse de doctorat (1983a) et dans son livre (1986), Lenskyj tente d'examiner certaines de ces questions; elle analyse d'un point de vue féministe l'évolution du sport et de l'activité physique chez les femmes au cours du siècle et examine les liens qui existent entre le sport, le sexe et la sexualité.

L'ouvrage, *From Fair Sex to Feminism: sport and the socialization of women in the industrial and post-industrial eras*, publié en 1987 par J.A. Mangan et R. Park, est une des premières anthologies de langue anglaise de ce genre. Elle présente des articles critiques sur l'histoire des femmes et du sport en Amérique du Nord, au Royaume-Uni, en Australie et en Nouvelle-Zélande, du début du 19e siècle jusqu'à nos jours. Un des articles (Lenskyj) porte sur l'expérience canadienne. Il est évident que les historiennes canadiennes de l'histoire des femmes doivent combler certaines de ces laucunes. De nombreuses femmes qui ont participé à l'âge d'or du sport féminin dans les années 1920 et 1930 sont maintenant âgées et leur expérience pourrait être perdue à jamais. L'histoire orale des femmes qui ont fait du sport récréatif plutôt que compétitif doivent être également réunies (Thomas, 1935).

Parce que l'évolution des Canadiennes dans le sport n'est entièrement documentée que pour certaines époques, certaines régions, certaines institutions et certains groupes sociaux, il est difficile de donner un aperçu des progrès réalisés au cours du siècle sans trop simplifier ce qu'étaient, en fait, des processus complexes favorisés par la classe sociale, l'origine raciale ou ethnique et la géographie. Il y a plusieurs groupes minoritaires dont le vécu reste en grande partie non documenté: les filles et les femmes du Canada français, les immigrantes, les femmes autochtones et celles des régions rurales, par exemple.

Pour certains de ces groupes, il est possible de vérifier quels programmes de sport et d'éducation physique les écoles et les centres communautaires dispensaient en consultant des sources primaires comme les rapports annuels, même si ces rapports n'exposent d'ordinaire que le point de vue des administrateurs ou des éducateurs physiques. Pour les époques plus récentes, il est possible de compléter ces données par des renseignements trouvés dans des autobiographies, des mémoires et des entrevues. Quand cette approche à plusieurs angles a été adoptée, on a souvent vu que les programmes de sport et d'activité physique, différenciés d'après le sexe, remplissaient une fonction de contrôle social et qu'ils contribuaient à la construction de la féminité et de la sexualité féminine en permettant aux filles et aux femmes de s'adonner uniquement aux activités physiques jugées de nature à favoriser la santé en général et la santé

de la reproduction en particulier, à leur donner une personnalité convenant à leur sexe et à les rendre attrayantes pour le sexe opposé. Dans la pratique, cela signifiait que les filles pouvaient pratiquer les sports d'équipe — les sports dits virils — seulement après que ces sports avaient été modifiés pour convenir à leur constitution et à leur tempérament, supposément plus faibles, ce qui a eu pour résultat d'amener la création de règles pour les filles dans des jeux comme le basketball et le hockey. En outre, les exercices d'assouplissement et la gymnastique — anciennes versions des classes de conditionnement physique et de danse exercice — prédominaient dans les programmes d'éducation physique et de loisirs communautaires pour les filles, tandis que les femmes n'avaient que des possibilités limitées de participer aux sports basés sur la force et l'endurance ou de perfectionner les traits de personnalité positifs que les promoteurs des sports d'équipe masculins appelaient du «caractère» (Gurney, 1979; Lenskyj, 1982b).

Les progrès que les femmes ont réalisés dans le sport au Canada n'ont toutefois pas été linéaires. En rétrospective, on peut voir que les femmes avaient plus de possibilités de participer aux sports d'équipe comme le basketball et le softball et aux sports non conventionnels comme l'athlétisme et la nage de fond dans les années 20 et au début des années 30 que par la suite, cela jusqu'aux années 70, en raison probablement du climat social plus libéral qui a marqué l'entre-deux-guerres. En Ontario, par exemple, des clubs sportifs féminins, parrainés par une variété d'entreprises privées, ont donné aux filles et aux femmes une foule d'occasions de jouer dans les ligues communautaires, souvent devant de grandes foules, et de les entraîner en vue de compétitions provinciales, nationales et internationales. Pour la «mystique féminine», les effets de la Crise, de la Seconde Guerre mondiale et de l'après-guerre se sont traduits par la diminution de ces possibilités sportives jusque dans les années 70 (Cochrane et coll., 1977; Hall et Richardson, 1982).

Mentalités et coutumes

On a soutenu qu'en Amérique du Nord, la manière dont la participation des femmes dans le domaine du sport a évolué au cours du siècle a été fonction du contrôle exercé par l'homme sur la sexualité de la femme, plus précisément sur sa fonction de reproduction, son identité sexuelle et son image de soi comme femme (Lenskyj, 1983a). Au tournant du siècle, la profession médicale, où il y avait une prédominance d'hommes et dans laquelle on recrutait un nombre appréciable de directeurs des sports dans les universités, a réagi rapidement à la participation grandissante des femmes au sport et à l'activité physique; les médecins ont mis les femmes en garde contre la bicyclette, la course et les jeux supposément rudes, activités qui, selon eux, risquaient de bouleverser le cycle menstruel et d'endommager les organes de la reproduction. D'après la plupart des auteurs d'ouvrages médicaux de l'époque, la participation aux sports était contre-indiquée pendant l'adolescence, période où l'établissement d'une cycle menstruel régulier était vu comme une tâche importante sur le plan du développement, et surtout pendant les menstruations (Ehrenreich et English, 1979).

Dans la même lancée, les éducateurs, les membres du clergé et d'autres gardiens de la moralité féminine se sont joints aux médecins pour mettre les filles et les jeunes femmes en garde contre la participation aux sports de compétition qui selon eux, favorisaient l'acquisition de qualités «viriles» comme la hardiesse, l'indépendance et l'initiative. Dans les sports ou les activités récréatives non chaperonnées, le mélange indifférencié des sexes et la présence des filles ont aussi causé des inquiétudes, si bien qu'à la fin des années 20, le sport de compétition pour les filles et les femmes était suspendu dans la plupart des écoles et des universités américaines, et la même interdiction s'appliquait dans une moindre mesure dans certains centres urbains du Canada. Même si elles avaient d'autres raisons qui venaient s'ajouter aux inquiétudes pour la santé et la moralité exprimées par leurs homologues masculins, les femmes cadres dans le domaine du sport étaient en partie responsables de cette interdiction. Elles soutenaient en effet que les filles et les femmes étaient exploitées dans les sports de compétition contrôlés par les hommes et que l'accent mis sur la concurrence et sur l'excellence sportive venait limiter les possibilités de participation pour la vaste majorité des femmes qui n'arrivaient pas à atteindre le haut niveau exigé (Young, 1982; Gurney, 1979; Lenskyj, 1983a).

Dans les années 30 et 40, d'autres inquiétudes ont surgi au sujet de la présence des femmes dans les sports dits non féminins. À mesure que les théories freudiennes sur l'homosexualité et le lesbianisme se sont popularisées, on a remis en question l'identité sexuelle des filles et des femmes qui trouvaient du plaisir dans des entreprises depuis toujours réservées aux hommes comme les sports d'équipe, ou encore qui passaient leurs heures de loisirs surtout en

compagnie de personnes de leur sexe (Lenskyj, 1986).

Ces mentalités et coutumes homophobes ont servi à consacrer les distinctions établies depuis toujours entre sport masculin et sport féminin; c'étaient les sports individuels plutôt que les sports d'équipe, les activités qui favorisaient la grâce et l'agilité plutôt que la force et le développement musculaire, qui étaient jugés indiqués pour les femmes. Déjà dans les années 20, on laissait souvent sous-entendre que les femmes qui s'adonnaient aux sports depuis toujours réservés aux hommes et celles qui ne correspondaient pas au stéréotype féminin à cause de leur taille, de leur morphologie ou de leur développement musculaire, étaient des lesbiennes. Bien qu'elle ait persisté dans la période de l'après-guerre, la poussée donnée au mouvement féminin et aux mouvements pour les droits des homosexuels et des lesbiennes dans les années 70 est venue atténuer jusqu'à un certain point la puissance des mentalités et des coutumes qui alimentaient la notion d'hétérosexualité obligatoire (voir Sport, sexe et sexualité, p. 52).

Bannerman, J. Leading ladies of Canada. Belleville, Ont.: Mika Publishing, 1977.

Bray, C. YWCA physical education departments during World War II. *In, Proceedings of the 5th Canadian Symposium on the History of Sport and Physical Education. University of Toronto 1982, p. 402-411.* SIRC/CDS

Bryans, H. Secondary school curriculum for girls. *In, Van Vliet, M.L. ed., Physical education in Canada. Scarborough, Ont.: Prentice-Hall, 1965, p. 124-139.* SIRC/CDS

Caswell, D.B. A history of the development of the secondary school physical and health education programme and the teacher education that accompanied this growth during the period 1900-1965 in Ontario. *Unpublished paper, Board of Education for the Borough of North York, 1970.* SIRC/CDS

Cochrane, J. et al. Women in Canadian life: Sports.. Toronto: Fitzhenry & Whiteside, 1977. SIRC/CDS

Cosentino, F.; Howell, M.L. History of physical education in Canada. Toronto: General Publishing, 1971. SIRC/CDS, SIRLS

Cosentino, F.; Leyshon, G.A. Olympic gold: Canadian winners of the summer Games. Toronto: Holt, Rinehart & Winston, 1975. SIRC/CDS, SIRLS

Cosentino, F.; Leyshon, G. Winter gold: Canada's winners in the Olympic Winter Games. Markham, Ont.: Fitzhenry & Whiteside, 1987. SIRC/CDS

Ehrenreich, B.; English, D. For her own good: 150 years of experts' advice to women. Garden City, N.Y.: Anchor Books, 1979.

Fraser, D. Barbara Ann Scott, figure skater. *Archivist 15 (4), 1988, 10-11.*

Griffiths, A. They who risked their delicate organs. *Branching out 5 (4), 1978, 10-13.* SIRC/CDS

Gurney, H. Girls' sports: a century of progress in Ontario high schools. Don Mills: Ontario Federation of School Athletic Associations, 1979. SIRC/CDS

Hall, M.A.; Richardson, D.A. Fair ball: towards sex equality in Canadian sport. Ottawa: Canadian Advisory Council on the Status of Women, 1982. SIRC/CDS, SIRLS

Hall, M.A.; Richardson, D.A. Franc-jeu: vers l'égalité des sexes dans les sports au Canada. Ottawa: Conseil consultatif canadien sur la situation de la femme, 1982. CDS/SIRC

Hall, M.A. History of women's sport in Canada prior to World War I. M.A. Thesis, University of Alberta, 1968. SIRC/CDS, SIRLS

Hargreaves, J. Women and the Olympic phenomenon. *In, Tomlinson, A. and Whannel, G. eds., Five-ring circus: Money, power and politics at the Olympic Games. London: Pluto Press, 1984, p. 53-70.* SIRC/CDS, SIRLS

Harshaw, J. When women work together: a history of the Young Women's Christian Association in Canada. Toronto: YWCA, 1966.

Howell, N.; Howell, M.L. Sports and games in Canadian life: 1700 to the present. Toronto: Macmillan, 1971. SIRC/CDS, SIRLS

Jackson, D. A brief history of three schools. Toronto: University of Toronto Rare Book Collection, 1965.

Keyes, M.E. History of the Women's Athletics Committee of the Canadian Association for Health, Physical Education and Recreation, 1940-1973. Ph.D. Dissertation, Ohio State University, 1980. SIRC/CDS, SIRLS

Lamont, K. We can achieve: a history of women in sport at the University of Alberta. Edmonton: Academic Print. and Pub., 1988. SIRC/CDS

Lenskyj, H. Canadian women and physical activity, 1890-1930: media views. *In, Mangan, J.A. and Park, R. eds., From 'fair sex' to feminism: sport and the socialization of women in the industrial and post-industrial eras. London: Cass, 1987.* SIRLS

Lenskyj, H. Femininity first. Sport and physical education for Ontario girls, 1890-1930. *Canadian journal of history of sport 13(2), 1982b, 4-17.* SIRC/CDS, SIRLS

Lenskyj, H. A kind of precipitate waddle: early opposition to women running. *In, Theberge, N. and Donnelly, P. eds., Sport and the sociological imagination. Fort Worth, Tex:, Texas Christian University Press, 1984, p. 153-161.* SIRC/CDS, SIRLS

Lenskyj, H. Moral physiology in physical education and sport for girls in Ontario, 1890-1930. *In, Proceedings of the 5th Canadian Symposium on the History of Sport and Physical Education. University of Toronto, 1982a, p. 139-150.* SIRC/CDS

Lenskyj, H. Out of bounds: women, sport and sexuality. Toronto: Women's Press, 1986. SIRC/CDS, SIRLS

Lenskyj, H. The role of physical education in the socialization of girls in Ontario, 1890-1930. Ph.D. dissertation, University of Toronto, 1983a.

Lenskyj, H. We want to play...we'll play. *Canadian woman studies 4(3), 1983b, 15-18.* SIRC/CDS

Lewis, P. Myrtle Cook McGowan: a special tribute. *CAAWS newsletter 4 (1), 1985, 6-8.* SIRC/CDS

Lindsay, P.L. Woman's place in nineteenth century Canadian sport. *CAHPER journal 37(1), 1970, 25-28.* SIRC/CDS, SIRLS

Macdonald, C. Edmonton Grads: Canada's most successful team. A history and analysis of their success. M.A. Thesis, University of Windsor, 1977. SIRC/CDS

Macdonald, C. Hamilton's hurdler - Betty Taylor. *Canadian woman studies 4(3), 1983, 19-21.* SIRC/CDS

Mangan J.A. and Park. R., eds., From 'fair sex' to feminism: Sport and the socialization of women in the industrial and post-industrial eras. London, Cass. 1987.

Mann, B.; O'Neil, P. Corsets unlaced: the beginning of women in sport. *Branching out 3(3), 1976, 32-35.* SIRC/CDS

Marvine, D. Fanny Sperry wowed 'em at First Calgary Stampede. *American west, Aug 1987, 30-37.*

McKee, L.G.M. Nature's medicine: the physical education and outdoor recreation programmes of Toronto's voluntary youth organizations, 1880-1930. *In, Proceedings of the 5th Canadian Symposium on the History of Sport and Physical Education. University of Toronto, 1982, p. 128-139.* SIRC/CDS

Morrow, D. Sweetheart sport: Barbara Ann Scott and the Post World War II image of the female athlete in Canada. *Canadian journal of history of sport 28 (1), 1987, 36-54.* SIRC/CDS, SIRLS

Myrtle Cook McGowan 1902-1985. *Athletics Canada, Apr 1985, 3-4.* SIRC/CDS

Palmason, D. In memory of Myrtle. *CAAWS newsletter 4 (1), 1985, 9-10.*

Parkes, A.E. Development of women's athletics at the University of Toronto. Toronto: Women's Athletic Association, 1961. SIRC/CDS

Pederson, D. Keeping our good girls good: the YWCA and the 'girl problem', 1870-1930. *Canadian woman studies 7 (4), 1986, 20-24.*

Pedestrianism in Perry Hall. *Branching out 3, Jul/Aug 1976, 34-35.* SIRC/CDS

Pitters, M. Women's participation in sporting activities as an indicator of a feminist movement in Canada between 1867 to 1914. *In, Howell, R. ed., Her story in sport: an historical anthology of women in sports. West Point, N.Y.: Leisure Press, 1982, p. 141-153.* SIRC/CDS, SIRLS

Redmond, G. Some aspects of organized sport and leisure in nineteenth-century Canada. *Loisir et société/Society and leisure 2(1), 1979, 73-100.* SIRC/CDS, SIRLS

Rielly, H. Attitudes to women in sport in Eastern Ontario - the early years 1867-1885. *In, Proceedings of the 5th Canadian Symposium on the History of Sport and Physical Education. University of Toronto, 1982, p. 380-386.* SIRC/CDS, SIRLS

Roberts, W. Rocking the cradle for the world: the new woman and maternal feminism. *In, Kealey, L. ed., A not unreasonable claim. Toronto: Women's Press, 1979, p. 15-24.*

Romanelli, E. Women in sports and games. *In, O'Neill, L. ed., The women's book of world records and achievements. Garden City, New York: Anchor, 1979, p. 556-592.*

Schrodt, B. Canadian women at the Commonwealth Games: 1930-1974. *CAHPER journal* 44(4), 1978, 30-37. SIRC/CDS, SIRLS

Schrodt, B. Canadian women at the Olympics: 1924 to 1972. *CAHPER journal* 42(4), 1976, 34-42. SIRC/CDS, SIRLS

Semyonov, M. Changing roles of women: participation in Olympic Games. *Social science quarterly 62(4), 1981, 735-743.* SIRLS

Spears, B. Mary, Mary, quite contrary: why do women play? *Canadian journal of history of sport 28 (1), 1987, 67-75.* SIRC/CDS, SIRLS

Swain, S. History of the Ontario Women's Intercollegiate Athletic Association (OWIAA). *CAHPER journal 49(2), 1982, 26-28.* SIRC/CDS

Thomas, J. Remembrance of things past and best forgotten. Conversations with mothers about their memories of physical education at school. *Physical education review 8 (1), 1985, 3-6.* SIRC/CDS, SIRLS

Vertinsky, P. Body shapes: the role of the medical establishment in informing female exercise and physical education in nineteenth-century North America. *In, Mangan, J.A. and Park, R. eds., From 'fair sex' to feminism: sport and the socialization of women in the industrial and post-industrial eras. London: Cass, 1987.* SIRLS

Vertinsky, P. God, science and the market place: the bases for exercise prescriptions for females in nineteenth century North America. *Canadian journal of history of sport 17 (1), 1986, 38-45.* SIRC/CDS, SIRLS

Winter, B. Vox collegi. Centennial ed. Whitby, Ont.: Ontario Ladies' College, 1974.

Wise, S.F.; Fisher, D. Canada's sporting heroes. Don Mills, Ont.: General Pub. Co., 1974. SIRC/CDS, SIRLS

Wise, S.F.; Fisher, D. Grands athlètes canadiens. Don Mills, Ont.: General Pub. Co., 1976. SIRC/CDS

Young, A.J. Maritime attitudes toward women in sport 1920s-1930s. *In, Proceedings of the 5th Canadian Symposium on the History of Sport and Physical Education. University of Toronto, 1982, p. 227-231.* SIRC/CDS, SIRLS

Young, A.J. Sport for women in the 1920's and 1930's. *Nova Scotia Sports Heritage Centre Sept 1982, 14-15.* SIRC/CDS

Young, D. The golden age of Canadian figure skating. Toronto: Summerhill Press, 1984. SIRC/CDS

Other Resources / Ressources additionnelles

L'Espérance, J. The widening sphere: women in Canada, 1870-1940. Vers des horizons nouveaux: la femme canadienne de 1870 à 1940. Ottawa: Public Archives of Canada/Archives publiques Canada, 1982.

Light, B.; Strong-Boag, V. True daughters of the North. Canadian women's history: an annotated bibliography. Toronto: OISE Press, 1980.

Shooting stars: the story of the Edmonton Grads. Stein/Maclean Producers, National Film Board, 1988.

Chapitre deux

Sport, culture et société

Sport, culture et société

La majorité des recherches sociologiques menées dans ce domaine ont adopté l'approche du fonctionnalisme: les chercheures se sont surtout penchées sur le fonctionnement du système sportif et de ses composantes, ne s'arrêtant aux expériences et aux perceptions des athlètes que quand celles-ci sont clairement et directement liées à ce système sportif. Cette approche est invariablement associée à des méthodes de recherche quantitatives; elle tient rarement compte des facteurs subjectifs impondérables. Dans l'analyse qu'il fait de cette tradition en sociologie sportive, Whitson (1979) souligne le besoin de recherche qui adopte une approche critique, où l'on considère la société comme une construction humaine en évolution dont les schémas sociaux ne sont ni naturels ni sacro-saints.

Certaines font exception et ne s'en tiennent pas à cette approche. On les trouve surtout parmi les sources canadiennes et britanniques — par exemple Gruneau (1983) et Hargreaves (1982) — qui ont étudié les relations entre le sport et diverses formes de domination et d'inégalité de classe dans des sociétés capitalistes occidentales. La majorité cependant continue de passer sous silence le facteur du sexe en tant que variable sociale comme le souligne Bray (1984) dans son analyse de l'apparition d'une tradition d'économie politique en sociologie sportive au Canada.

La documentation sur la socialisation du sport manifeste des tendances nettement fonctionnalistes : l'expérience des femmes est cloisonnée et examinée hors contexte et on étudie rarement les relations importantes entre la construction sociale de la féminité, l'orientation physique et le sport dans une société sexuée où l'élément masculin domine. Faute d'études plus critiques, la plupart des documents cités dans les prochaines sections sont caractérisés par leur approche fonctionnaliste et leur recours à des méthodes quantitatives. On aurait beaucoup à gagner si les recherches effectuées à l'avenir dans ce domaine s'inspiraient d'approches novatrices adoptées en matière de méthodologie et d'analyse dans d'autres secteurs : citons par exemple en sociologie de l'éducation les travaux de Connell et ses collègues (1982) sur les divisions selon le sexe dans les écoles, les familles et les classes sociales en Australie, ou dans le domaine des études culturelles féministes, des études d'Imray et de Middleton (1983) sur les limites publiques et privées et les effets de la différenciation sur les hommes et les femmes, comme l'illustre le bastion mâle du cricket dans le village du Yorkshire.

Bray, C. Gender and the political economy of Canadian sport. *In, Theberge, N. and Donnelly, P. eds., Sport and the sociological imagination. Fort Worth, Tex.: Texas Christian University Press, 1984, p. 104-124.* SIRC/CDS, SIRLS

Connell, R.W. Making the difference: schools, families and social divisions. Sydney: George Allen and Unwin, 1982.

Dyer, K.F. Girls' physical education and self-esteem: a review of research, resources and strategies. Canberra: Report to the Commonwealth Schools Commission, 1986.

Greendorfer, S.L. Gender bias in theoretical perspectives - the case of female socialization into sport. *Psychology of women quarterly 11 (3), 1987, 327-340.* SIRC/CDS, SIRLS

Gruneau, R.S. Class, sports, and social development. Amherst, Mass.: University of Massachusetts Press, 1983. SIRC/CDS, SIRLS

Hall, M.A. Towards a feminist analysis of gender inequality in sport. *In, Theberge, N. and Donnelly, P. eds., Sport and the sociological imagination. Fort Worth, Tex.: Texas Christian University Press, 1984, p. 82-103.* SIRC/CDS, SIRLS

Hargreaves, J. Sport and hegemony: some theoretical problems. *In, Cantelon, H. and Gruneau, R. eds., Sport, culture and the modern state. Toronto: University of Toronto Press, 1982, p. 103-140.* SIRC/CDS, SIRLS

Imray, L.; Middleton, A. Public and private: marking the boundaries. *In, Gamarnikov, E. ed., The public and the private. London: Heinemann, 1983, p. 12-27.*

Whitson, D.J. Research methodology in sport sociology. Ottawa: CAHPER, 1979. SIRC/CDS, SIRLS

Dyer (1986) offre une étude approfondie de la documentation nord-américaine, britannique et australienne sur la socialisation des filles dans le sport, ainsi que des recommandations utiles en vue de modifier les politiques et les programmes.

Greendorfer (1987) a identifié de graves préjugés fondés sur le sexe dans des méthodologies traditionnelles et les modèles théoriques utilisés dans la recherche sur la socialisation. Ces cadres de travail ont été mis au point presque exclusivement à partir de l'expérience des athlètes masculins; les femmes athlètes et les non athlètes des deux sexes ont été rarement étudiés. Ces théories sur les systèmes sociaux fondés sur des préjugés sexistes et les rôles sociaux se sont révélés avoir une valeur prédictive limitée pour la participation et la non participation des femmes dans le sport.

Initiation sociale des filles et des femmes au sport

La section qui suit présente les études traitant de la socialisation globale des filles dans le sport; les questions portant plus particulièrement sur le sport et les rôles sexuels sont examinées dans la section Sport, sexe et sexualité. L'examen se concentre d'abord sur le milieu de socialisation des filles le plus immédiat, c'est-à-dire la famille, et passe ensuite aux contextes scolaire et communautaire.

Les parents

Les deux parents jouent un rôle important dans l'initiation sociale des filles au sport, mais l'influence de chacun est de nature différente, comme le sont les expériences et les perceptions des garçons et des filles. Dans son tour d'horizon de la presse sociologique, Greendorfer (1982, 1983) démontre que les pratiques d'éducation des enfants différenciées selon le sexe — qu'il s'agisse de la façon de tenir les nourrissons mâles ou femelles ou du défi physique que présentent le matériel ou les jouets qu'on donne aux jeunes enfants — ont toutes d'importantes répercussions sur le développement moteur précoce et la participation subséquente aux sports. Par conséquent, comme le souligne Greendorfer, les différences sexuelles en matière de performance motrice s'expliquent mieux par les influences de l'apprentissage social que par des facteurs biologiques. (voir Performance motrice, p. 137).

Plusieurs études américaines (Lewko et Ewing, 1980; Sage, 1980; Weiss et Knoppers, 1982; McElroy, 1983; Berlage, 1983) et canadiennes (Butt, 1980; Hall et Butcher, 1983; Butcher, 1983) ont examiné l'influence de la mère et du père en matière de socialisation. Des facteurs comme les classes sociales et les stades du cycle de la vie ont également été pris en considération dans plusieurs études. Butcher, Lewko et Ewing, MacIntosh (1978) et Baker (1981) ont étudié les facteurs influant sur la non-participation ainsi que sur la participation aux sports, alors que les autres études portaient uniquement sur les sujets féminins participant à des activités sportives scolaires ou communautaires.

Contrairement aux hypothèses concernant les modèles de comportement du même sexe, on s'est rendu compte que le père avait tout autant d'influence que la mère sur le niveau de participation au sport des filles, durant l'enfance, l'adolescence et les premières années de vie adulte. L'influence relative de chaque groupe s'explique sans doute en partie par le fait que la génération des mères de ces jeunes filles n'a eu que peu d'occasions de prendre part à des activités sportives, comparativement aux pères de ces mêmes sujets. Cette tendance ne diminue en rien toutefois l'influence significative des mères sur la participation aux sports de leurs filles.

La majorité des sujets de l'étude de Butt considèrent que l'influence de leur mère l'emporte sur celle de leur père; la situation socio-économique privilégiée des sujets constitue peut-être un facteur déterminant dans le haut niveau d'encouragement reçu de la mère. Cependant, Butt a relevé que les nageuses de compétition interrogées, surtout les plus jeunes, attribuaient leur participation à ce sport à l'influence de leur père, un fait qui laisse supposer que le niveau de participation (loisirs ou compétition), la nature du sport (individuel ou d'équipe) et d'autres facteurs liés au sport doivent être pris en considération, en plus des variables comme l'âge et la classe sociale.

Anderson, D.F. et al. Prediction of present participation from children's gender, past participation, and attitudes: a longitudinal analysis. *Sociology of sport journal 3 (2), 1986, 101-111.* SIRC/CDS, SIRLS

Berlage, G. Differences in male and female college athletes' commitment to sports and its implications. *North American Society for the Sociology of Sport Conference, unpublished paper, 1983, 1-15.* SIRLS

Butcher, J. Longitudinal analysis of adolescent girls' participation in physical activity. *Sociology of sport journal 2 (2), 1985, 130-143.* SIRC/CDS, SIRLS

Butcher, J. Socialization of adolescent girls into physical activity. *Adolescence 18(72), 1983, 753-766.* SIRLS

Butt, D. Perspectives from women on sport and leisure. *In, Stark-Adamec, C. ed., Sex roles: origins, influences and implications for women. Montreal: Eden Press, 1980, p. 70-88.*

Diagnostic Research, Inc. The Wilson report: moms, dads, daughters and sports. Wilson Sporting Goods Co. and Women's Sports Foundation, 1988. SIRC/CDS

Greendorfer, S.L. Gender differences in physical activity. *Motor skills 4(2), 1980, 83-90.* SIRC/CDS, SIRLS

Greendorfer, S.L. Gender differences in play and sport: a cultural interpretation. *In, Loy, J. ed., The paradoxes of play. West Point: Leisure Press, 1982, p. 198-204.* SIRLS

Greendorfer, S.L. General socialization processes. *In, Proceedings of the New Agenda Conference. Washington, 1983.*

Greendorfer, S.L. Shaping the female athlete: the impact of the family. *In, Boutilier, M.A. and SanGiovanni, L. eds., The sporting woman. Champaign, Ill.: Human Kinetics Publishers, 1983, p. 135-155.* SIRC/CDS, SIRLS

Hall, M.A.; Butcher, J. Adolescent girls' participation in physical activity. Edmonton: Alberta Department of Education, 1983. SIRC/CDS

Hasbrook, C.A. The sport participation-social class relationship among a selected sample of female adolescents. *Sociology of sport journal 4 (1), 1987, 37-47.* SIRC/CDS, SIRLS

Higginson, D.C. The influence of socializing agents in the female sport-participation process. *Adolescence 20 (77), 1985, 73-82.* SIRC/CDS, SIRLS

Lewko, J.H.; Ewing, M.E. Sex differences and parental influence in sport involvement of children. *Journal of sport psychology 2(1), 1980, 62-68.* SIRC/CDS, SIRLS

Macintosh, D. Factors influencing the election of secondary school physical education and their relationship to benefits accruing from such programs. Kingston: Queen's University, 1978. SIRLS

McElroy, M.A. Parent-child relations and orientations toward sport. *Sex roles 9(10), 1983, 997-1004.* SIRC/CDS, SIRLS

Sabo, D.F.; Runfola, R. Jock: sports and male identity. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice Hall, 1980. SIRC/CDS, SIRLS

Sage, G.H. Parental influence and socialization into sport for male and female intercollegiate athletes. *Journal of sport and social issues 4(2), 1980, 1-13.* SIRC/CDS, SIRLS

Silvennoinen, M. et al. Children's expectations on sport and self-rating related to their parents' background. *Year book 1983-1984, Res. Inst. of Ph. Cul & Heal. and Res. Unit for Sport & P.F. 46, 1985, 208-222.* SIRC/CDS, SIRLS

Washington, M.A.; Lehr, C.A. A sociological profile of participants in the 1983 NCAA women's golf championship. *Journal of sport and social issues 10 (1), 1986, 30-45.* SIRC/CDS, SIRLS

Weiss, M.R.; Knoppers, A. Influence of socializing agents on female collegiate volleyball players. *Journal of sport psychology 4(3), 1982, 267-279.* SIRC/CDS, SIRLS

Les pairs

Laberge (1983) et l'Enquête condition physique Canada (En évolution, 1984) ont examiné les influences de socialisation qui agissent sur la participation des femmes à des activités sportives. Pour tous les groupes d'âge et les rôles de sujet féminin inclus dans l'Enquête condition physique Canada, la disponibilité d'un partenaire (de sexe non précisé) figurait au deuxième rang parmi les nouveaux facteurs pouvant encourager une plus grande activité physique; cet élément est particulièrement important pour les femmes au foyer et les filles de 10 à 19 ans. L'augmentation du nombre de ligues sportives communautaires pour les femmes est peut-être aussi une indication de l'influence du groupe d'appartenance. (voir Les loisirs communautaires, p. 71). Laberge (1983) souligne toutefois que pour les femmes mariées qui travaillent, l'influence d'un époux qui participe à des activités sportives est un facteur décisif, et qu'une femme célibataire serait probablement plus active qu'une femme mariée à un non participant. Ces résultats montrent encore davantage la priorité que les filles et les femmes accordent aux relations et aux rapports sociaux; d'autre part, le peu de temps que les femmes peuvent consacrer aux loisirs fait de cette combinaison du sport et de l'expérience sociale une option intéressante.

De récentes études canadiennes sur les amitiés, les intérêts et les aspirations des filles et des adolescentes constituent une documentation utile pour l'étude de la socialisation des femmes dans le sport. (Baker 1985; Travail Canada 1986; Kostash 1987).

L'étude menée par Kostash (1987) sur les sous-cultures adolescentes et leur influence sur l'identité sexuelle des adolescentes est particulièrement pertinente aux analyses féministes des liens qui existent entre le sport, le sexe et la sexualité. De même, dans le contexte américain, Eder et Parker (1987) ont examiné la culture de groupe des adolescentes et la production et reproduction culturelle des rôles sexuels dans le football et chez les cheerleaders. La méthodologie qualitative utilisée dans ces deux études, entrevues approfondies et observation de la participation, fait très utilement contrepoids à l'approche quantitative pour la recherche sur la socialisation.

La recherche a montré amplement que la plupart des filles et des femmes privilégient l'expérience sociale, l'amitié et le plaisir qu'elles prennent à l'activité physique et au sport, plutôt que la compétition ou la victoire (Mathes et Battista, 1985; Biddle et Bailey, 1985; Knoppers, 1985; Tait et Dobash, 1986). Comme Knoppers (1985) le fait remarquer, les femmes apprécient le succès mais avec certaines réserves, car elles se rendent compte que dans les sports compétitifs traditionnels, leur victoire se fait normalement aux dépens de la défaite de quelqu'un d'autre. Knoppers cite un ouvrage de Gilligan de 1982 sur les valeurs féminines et suggère que les filles et les femmes peuvent considérer la victoire comme une menace aux relations interpersonnelles. C'est pourquoi il est important de prendre en compte l'influence des camarades sur la socialisation des femmes dans les sports et à l'intérieur de chaque sport.

L'observation des jeux des enfants donne une bonne perspective sur l'influence des camarades sur les processus de socialisation des enfants dans le sport. L'existence d'une différenciation traditionnelle entre les sexes dans les jeux d'enfants à l'école élémentaire est bien documentée : les garçons jouent des jeux d'équipe compétitifs alors que les filles préfèrent des jeux non structurés et faisant appel à l'imagination (Lever, 1976, 1978; Best, 1983; Lindsay, 1984; Sleet, 1985; Evans, 1986; Watson et Wells, 1984; Kraft, 1989).

Il est important de remettre en question l'hypothèse commune à bon nombre de ces études voulant que les filles ont besoin d'être encouragées pour copier les jeux des garçons. Comme Gilligan (1982) l'a expliqué, Lever a fait une équation entre le développement masculin et le développement de l'enfant et a mis de l'avant le modèle masculin dans la mesure où il présente une continuité avec les rôles adultes (masculins) dans le monde des affaires. Cette approche libérale ne conteste pas les habitudes masculines traditionnelles, que ce soit dans les sports ou les affaires.

L'activité physique est bien entendu importante pour tous les enfants, mais la préférence des filles pour des activités impliquant une collaboration et la priorité qu'elles accordent à l'amitié ne doit pas être sacrifiée à la compétitivité et à l'agressivité qui régissent la plupart des jeux des garçons. Comme le font remarquer certains éducateurs physiques progressistes, chaque groupe peut apprendre quelque chose d'important de l'autre en ce qui concerne les valeurs et les attitudes dans les jeux, et la nature du sport peut en être modifiée (Greendorfer, 1980; Hoferek, 1982; Humberstone, 1986; Hoppes, 1987).

Baker, M. "What will tomorrow bring?..." A study of the aspirations of adolescent women. Ottawa: Canadian Advisory Council on the Status of Women, 1985. SIRC/CDS

Best, R. We've all got scars: what boys and girls learn in elementary school. Bloomington: Indiana University Press, 1983.

Biddle, S.J.H.; Bailey, C.I.A. Motives for participation and attitudes toward physical activity of adult participants in fitness programs. *Perceptual and motor skills 61 (3), 1985, 831-834.* SIRC/CDS, SIRLS

Branta, C.F. et al. Gender differences in play patterns and sport participation in North American youth. *In, Gould, D. and Weiss, M.R. eds., Advances in pediatric sport sciences. Volume 2: behavioral issues. Champaign, Ill.: Human Kinetics, 1987, p. 25-42.* SIRC/CDS, SIRLS

Bull, S.; Albinson, J. Athletics versus academics: status perceptions of the peer group at four academic levels. *CAHPER journal 52 (5), 1986, 10-16.* SIRC/CDS, SIRLS

Butcher, J. Longitudinal analysis of adolescent girls' participation in physical activity. *Sociology of sport journal 2 (2), 1985, 130-143.* SIRC/CDS, SIRLS

Canada. Fitness and Amateur Sport. Women's Program. Canada Fitness Survey. Condition physique et Sport amateur. Programme pour les femmes. Enquête condition physique Canada. Changing times: women and physical activity. En évolution: la femme et l'activité physique. Ottawa: Canada Fitness Survey / Enquête condition physique Canada, 1984. SIRC/CDS, SIRLS

Eder, D.; Parker, S. The cultural production and reproduction of gender: the effect of extracurricular activities on peer-group culture. *Sociology of education 60 (3), 1987, 200-213.*

Emmott, S. Sex differences in children's play: implications for cognition. *International journal of women's studies 8, Nov/Dec 1985, 449-456.*

Evans, J. Gender differences in children's games: a look at the team selection process. *CAHPER journal 52 (5), 1986, 4-9.* SIRC/CDS

Gilligan, C. In a different voice. Cambridge: Harvard University Press, 1982.

Greendorfer, S.L. Gender differences in physical activity. *Motor skills 4(2), 1980, 83-90.* SIRC/CDS, SIRLS

Hall, M.A.; Butcher, J. Adolescent girls' participation in physical activity. Edmonton: Alberta Department of Education, 1983. SIRC/CDS

Hoferek, M.J. Sex-roles and physical activities: evolving trends. *Quest 34(1), 1982, 72-81.* SIRC/CDS, SIRLS

Hoppes, S. Playing together - values and arrangements of coed sports. *Journal of physical education, recreation & dance 58 (8), Oct 1987, 65-67.* SIRC/CDS, SIRLS

Humberstone, B.J. Challenging gender stereotyping through adventure education. *In, Trends and developments in physical education: proceedings of the VIII Commonwealth and International Conference on Sport, Physical Education, Dance, Recreation and Health. London: E. & F.N. Spon, 1986, p. 438-445.* SIRC/CDS, SIRLS

Knoppers, A. Professionalization of attitudes: a review and critique. *Quest 37 (1), 1985, 92-102.* SIRC/CDS, SIRLS

Kostash, M. No kidding: inside the world of teenage girls. Toronto: McClelland and Stewart, 1987.

Kraft, R.E. Children at play: behavior of children at recess. *Journal of physical education, recreation & dance 60 (4), 1989, 21-24.* SIRC/CDS, SIRLS

Laberge, S. L'activité physique chez les femmes: des conditions d'existence qui font la différence. *Canadian woman studies/Les cahiers de la femme 4(3), 1983, 31-34.* CDS/SIRC, SIRLS

Labour Canada/Travail Canada. When I grow up... Quand je serai adulte, je... Ottawa: Labour Canada/Travail Canada, 1986.

Lever, J. Sex differences in complexity of children's play and games. *American sociological review 43(4), 1978, 471-483.* SIRC/CDS, SIRLS

Lever, J. Sex differences in the games children play. *Social problems 23, 1976, 478-487.*

Lindsay, P.L. The physical characteristics of playground games in public elementary schools in Edmonton. *CAHPER journal 51(2), 1984, 8-11.* SIRC/CDS

MacCracken, M.J.; Stadulis, R.E. Social facilitation of young children's dynamic balance performance. *Journal of sport psychology 7 (2), 1985, 150-165.* SIRC/CDS, SIRLS

Mathes, S.A.; Battista, R. College men's and women's motives for participation in physical activity. *Perceptual and motor skills 61 (3), 1985, 719-726.* SIRC/CDS, SIRLS

Rommel, E. Grade school blues. *Ms., Jan 1984, 32-34.*

Sleet, D.A. Differences in the social complexity of children's play choices. *Perceptual and motor skills 60 (1), 1985, 283-287.* SIRC/CDS, SIRLS

Tait, J.; Dobash, R. Sporting women: the social network of reasons for participation. *In, Mangan, J. and Small, R. eds., Sport, culture, society: international, historical and sociological perspectives. London: Spon, 1986, 262-269.* SIRLS

Watson, G.; Wells, M. Social motivation in children's games. *Australian journal of science and medicine in sport 16 (3), 1984, 20-31.*

Moniteurs et monitrices d'éducation physique et entraîneurs

Ayant examiné la perception qu'ont les jeunes filles et les femmes de leurs entraîneurs, Butt (1980) a conclu qu'elles considéraient le soutien affectif comme l'une des caractéristiques les plus importantes. Berlage (1983) a relevé des différences dans la perception qu'ont de leur entraîneur les athlètes de niveau collégial des deux sexes : d'après les hommes le premier objectif de l'entraîneur était de les faire gagner alors que d'après les femmes, il fallait surtout bien jouer; le fait de gagner figurant loin au deuxième rang. L'étude de Coakely et de Pacey (1982) révèle que les étudiantes participant aux tournois inter-collégiaux du NCAA préfèrent des entraîneurs de sexe masculin pour les sports individuels et des femmes pour les sports d'équipe. Pour les sujets de cette étude, la qualité des entraîneurs était le facteur le plus important dans le choix d'un collège ou d'une université.

Les observations de Bain (1978) concernant les moniteurs et monitrices d'éducation physique et les entraîneurs à l'école secondaire ont mis en évidence des différences de style d'enseignement liées au sexe : les femmes parlaient plus, protégeaient l'intimité de leurs étudiants et étudiantes et accordaient plus d'importance à l'acquisition de compétences que les hommes. La majorité des facteurs ne comportaient pas toutefois de différence relative au sexe. Dans une étude à petite échelle sur le comportement des entraîneurs, Dubois (1981) a découvert que les entraîneurs (surtout des femmes) des jeunes joueuses de soccer donnaient plus d'encouragement et moins d'instructions techniques que les entraîneurs des garçons (uniquement des hommes). Parallèlement, une étude sur le comportement des enseignants dans des situations de jeux préscolaires (Fagot, 1981) a souligné des différences liées au sexe tant de l'enseignante que de l'enfant. Il existe quelques rapports anecdotiques (par exemple Caulfield, 1984) qui font état de liens spéciaux unissant les athlètes et les entraîneurs de sexe féminin. La recherche sur les styles de prise de décisions privilégiés par les athlètes (Chelladurai et Arnott, 1985) a montré qu'un nombre plus important d'athlètes de sexe féminin que d'athlètes de sexe masculin à l'école secondaire préféraient les entraîneurs qui adoptent un style participatif.

Whitaker et Molstad (1985) ont élaboré une analyse théorique de l'expérience sportive des femmes et de la question des entraîneurs masculins et/ou féminins. S'appuyant sur la preuve d'une interaction plus intime et de la plus grande importance accordée aux confidences et au soutien émotif dans les situations où les femmes sont entre elles, il avance que les valeurs et les préoccupations des athlètes femmes, en particulier dans un contexte social où la participation des femmes aux sports est ouvertement ou tacitement découragée, sont partagées et renforcées si les entraîneurs sont d'autres femmes athlètes.

Bain, L.L. Differences in value implicit in teaching and coaching behaviors. *Research quarterly 49(1), 1978, 5-11.* SIRC/CDS, SIRLS

Caulfield, B. Men coaching women. *Ultrasport 1(2), 1984, 53-58.* SIRC/CDS

Chelladurai, P.; Arnott, M. Decision styles in coaching: preferences of basketball players. *Research quarterly 56 (1), 1985, 15-24.* SIRC/CDS, SIRLS

Coakley, J.J.; Pacey, P.L. How female athletes perceive coaches. *Journal of physical education, recreation and dance 53(2), 1982, 54-56.* SIRC/CDS

Dubois, P.E. Youth sport coach as an agent of socialization: an exploratory study. *Journal of sport behavior 4(2), 1981, 95-107.* SIRC/CDS, SIRLS

Fagot, B. Male and female teachers: do they treat boys and girls differently? *Sex roles 7 (3), 1981, 262-271.*

Higginson, D.C. The influence of socializing agents in the female sport-participation process. *Adolescence 20 (77), 1985, 73-82.* SIRC/CDS, SIRLS

Horne, T.; Carron, A.V. Compatibility in coach-athlete relationships. *Journal of sport psychology 7 (2), 1985, 137-149.* SIRC/CDS, SIRLS

Neil, G.I.; Kirby, S.L. Coaching styles and preferred leadership among rowers and paddlers. *Journal of sport behaviour 8(1), 1985, 3-17.* SIRC/CDS, SIRLS

Officer, S.A.; Rosenfeld, L.B. Self-disclosure to male and female coaches by female high school athletes. *Journal of sport psychology 7 (4), 1985, 360-370.* SIRC/CDS, SIRLS

Spence, J.A. Role model relationship. A support program for female participation in Carleton Board of Education Intermediate Physical Education Program. *OPHEA: Ontario Physical and Health Education Association 10 (2), 1984, 29-39.* SIRC/CDS

Spender, D.; Sarah, E. Learning to lose. London: Women's Press, 1980.

Vertinsky, P. In search of a gender dimension: an empirical investigation of teacher preferences for teaching strategies in physical education. *Journal of curriculum studies 16(4), 1984, 425-430.*

Whitaker, G.; Molstad, S. Male coach / female coach: a theoretical analysis of the female sport experience. *Journal of sport and social issues 9:2, 1985, 14-25.* SIRC/CDS, SIRLS

Milieu scolaire et éducation physique

Hall (1976) et Greendorfer (1980) ont conclu que l'école avait peu d'influence sur l'initiation des filles aux sports. Les recherches de Lever (1976, 1978) et de Best (1983) démontrent les différenciations traditionnelles en fonction des rôles sexuels dans les jeux auxquels participent les élèves du primaire. Dans la plupart des cas, les filles s'adonnent à des activités spontanées, pleines d'imagination et non structurées, plutôt qu'à des jeux d'équipe réglementés. De même, Diller et Houston (1983) ont examiné les programmes scolaires cachés qui servent à restreindre l'activité et la liberté physique des filles.

Les efforts déployés récemment par les conseils scolaires, à la suite de mesures prises aux États-Unis par le gouvernement fédéral (article IX), pour égaliser les chances données aux garçons et aux filles, ont peut-être amorcé une modification de cet état de chose (voir L'égalité des sexes dans le sport, p. 20). Toutefois, les études récentes viennent confirmer que l'influence des écoles sur la participation sportive des filles reste faible. Bien que la participation des filles aux programmes de loisirs communautaires semble relativement stable aux cours de l'adolescence, leur participation aux cours d'éducation physique à l'école ainsi qu'aux activités intra ou extra muros chute de façon importante au secondaire (MacIntosh, 1980; Hall et Butcher, 1983; Quirouette, 1983; Ross et coll., 1985).

Une étude réalisée à Ottawa (Quirouette, 1983) souligne le faible nombre de modèles féminins — c'est-à-dire des moniteurs et monitrices d'éducation physique et des entraîneurs — dans les programmes mixtes ou pour filles (4e à 12e année) ce qui confirme que le sport et l'éducation physique dans les écoles demeurent un bastion masculin. Par conséquent, il semble nécessaire d'ajouter au projet visant à égaliser les occasions offertes, le financement, etc., des mesures d'action positive afin d'augmenter le

nombre et les compétences des moniteurs et monitrices et des entraîneurs de sexe féminin. Spence (1984) décrit le succès d'un projet du Conseil scolaire de Carleton (Ottawa) dont l'objet visait à permettre à des sujets féminins participant à l'éducation physique de niveau intermédiaire d'établir des relations avec des modèles. Parmi les stratégies proposées, citons les cours de conditionnement, de basketball, le volleyball et des compétitions de gymnastique, auxquels étaient invitées des employées, des mères d'élèves et des athlètes choisies parmi les finissantes.

Des études sur l'attitude des élèves filles des écoles secondaires à l'égard du sport et de l'éducation physique à l'école aux États-Unis (Sabock et Seygal, 1986), Grande-Bretagne (Cockerill et Hardy, 1987) et Canada (Baker, 1981; Earl et Stennett, 1987; Crossman, 1988) révèlent diverses réponses. Par exemple, on a constaté une plus grande participation des filles dans les sports non organisés que dans les sports organisés; les activités individuelles étaient beaucoup plus populaires que les sports d'équipe et les participants appréciaient le sport davantage que les non participants. De nombreuses filles attribuaient à leur manque d'aptitude et à la menace susceptible d'en découler pour leur estime de soi leur dégoût de la gymnastique et de l'athlétisme plutôt que de reconnaître qu'il s'agissait d'activités extrêmement exigeantes et structurées de façon à démoraliser n'importe qui, à part les athlètes les plus doués.

Comme Cockerill et Hardy (1987) le font remarquer, il est important que les programmes d'éducation physique des écoles secondaires évitent d'aliéner les élèves filles. Il suggère que les écoles offrent aux filles une plus grande variété d'activités susceptibles de susciter une recherche prolongée des loisirs; des programmes plus individualisés; un système d'options pendant tout le programme scolaire; et des méthodes d'enseignement davantage axées sur l'élève.

Arrighi, M.A. Equality in the gymnasium: a focus on instruction. *Journal of educational equity and leadership 5 (1), 1985, 55-64.* SIRC/CDS

Baker, P. Physical and health education: subject selection and student attitudes. Scarborough, Ont.: Scarborough Board of Education, 1981.

Best, R. We've all got scars: what boys and girls learn in elementary school. Bloomington: Indiana University Press, 1983.

Cockerill, S.; Hardy, C. The attitudes of fourth year girls towards the secondary school P.E. curriculum. *Bulletin of physical education 23 (1), 1987, 6-12.* SIRC/CDS, SIRLS

Cooper, A. Gender and primary school physical education. *British journal of physical education 17 (4), 1986, 148.* SIRC/CDS, SIRLS

Crossman, J. Organized and unorganized sport participation by high school girls in Northwestern Ontario: a case study. *CAHPER journal 54 (5), 1988, 11-15.* SIRC/CDS, SIRLS

Diller, A; Houston, B. Women's physical education: a gender-sensitive perspective. *In, Postow, B.C., ed. Women, Philosophy and Sport. Metuchen, N.J.: Scarecrow Press, 1983.* SIRLS

Dunbar, R.R.; O'Sullivan, M.M. Effects of intervention on differential treatment of boys and girls in elementary physical education lessons. *Journal of teaching in physical education 5 (3), 1986, 166-175.* SIRC/CDS, SIRLS

Dyer, K.F. Girls' physical education and self-esteem: a review of research, resources and strategies. Canberra: Report to the Commonwealth Schools Commission, 1986.

Earl, L.M.; Stennett, R.G. Student attitudes toward physical and health education in secondary schools in Ontario. *CAHPER/ journal 53 (4), 1987, 4-11.* SIRC/CDS, SIRLS

Greendorfer, S.L. Gender differences in physical activity. *Motor skills 4(2), 1980, 83-90.* SIRC/CDS, SIRLS

Gregson, J.F.; Colley, A. Concomitants of sport participation in male and female adolescents. *International journal of sport psychology 17 (1), 1986, 10-22.* SIRC/CDS, SIRLS

Griffin, P.S. Girls' and boys' participation styles in middle school physical education team sport classes: a description and practical applications. *Physical educator 42 (1), 1985, 3-8.* SIRC/CDS, SIRLS

Griffin, P.S. Teachers' perceptions of and responses to sex equity problems in a middle school physical education program. *Research quarterly 56 (2), 1985, 103-110.* SIRC/CDS, SIRLS

Hall, M.A. Sport and physical activity in the lives of Canadian women. *In, Gruneau, R.S. and Albinson, J.G., eds., Canadian sport: sociological perspectives. Don Mills, Ont.: Addison-Wesley, 1976.*

Hall, M.A.; Butcher, J. Adolescent girls' participation in physical activity. Edmonton: Alberta Department of Education, 1983.

Hoppes, S. Playing together - values and arrangements of coed sports. *Journal of physical education, recreation & dance 58 (8), 1987, 65-67.* SIRC/CDS, SIRLS

Leaman, O. Physical education and sex differentiation. *British journal of physical education 17 (4), 1986, 123-124.* SIRC/CDS, SIRLS

Lever, J. Sex differences in games children play. *Social problems 23(4), 1976, 479-488.* SIRC/CDS

Macintosh, D. Factors influencing the election of secondary school physical education and their relationship to benefits accruing from such programs. Kingston: Queen's University, 1978.

Quirouette, P. Ottawa Board of Education athletic survey. Ottawa: Ottawa Board of Education, 1983.

Ross, J. et al. After physical education... physical activity outside of school physical education programs. *Journal of physical education, recreation and dance 56 (1), 1985, 77-81.* SIRC/CDS, SIRLS

Sabock, R.J.; Seygal, L. Athletic programs: female students discuss values of high school athletic participation. *Interscholastic athletic administration 12 (3), 1986, 13-15.* SIRC/CDS

Spence, J. Role model relationship. *Ontario Physical and Health Education Association 10 (2), 1984, 29-39.* SIRC/CDS

Varstala, V. et al. An observational study of teaching team games in school physical education lessons. Rome: International conference on teaching team sports, 1983.

Médias

Il existe une vaste documentation sur les effets globaux de la télévision sur les valeurs, les attitudes et les comportements des enfants. McMillan et Moriarty (1980) ont étudié l'effet des émissions de sport télévisées sur les jeunes adolescents et adolescentes, au Canada et aux États-Unis, en soulignant les différentes préférences des deux sexes en matière d'émissions : les garçons préfèrent le sport, la comédie et l'aventure dans cet ordre alors que les filles choisissent la comédie, le suspense et le drame.

Selon un sondage d'opinion américain (Miller Lite Report, 1983), 35 p. 100 des femmes estiment qu'il y a trop d'émissions sportives à la télévision, par rapport à 24 p. 100 chez les hommes. Plus de la moitié des personnes interrogées (des deux sexes) jugent que les sports féminins et masculins sont tous les deux suffisamment représentés dans les reportages télévisés et les journaux. Chez les athlètes de niveau collégial interviewés pour l'étude de Berlage (1983), environ 60 p. 100 des hommes lisent les chroniques sportives tous les jours et regardent souvent les émissions de sport, par rapport à 32 p. 100 et 49 p. 100 des femmes respectivement. On peut en conclure que les sports masculins professionnels qui ont la prépondérance dans les médias ne revêtent qu'un intérêt limité pour les femmes, même sportives (voir Le sport, le sexe et les médias, p. 62).

La plupart des images fictives des femmes et des filles dans la littérature, la télévision et le cinéma perpétuent les croyances stéréotypées sur la participation des femmes dans les sports et l'activité physique. (voir également Représentation du sport féminin dans les médias, p. 64). Il existe cependant une exception notable, la nouvelle pour les jeunes écrite par R.R. Knudson, dans laquelle l'héroïne, Zan, est une athlète hautement compétitive qui, malgré les obstacles, réussit dans des sports traditionnellement masculins: le football, le basketball, le marathon. Griffin (1985) offre une critique féministe de l'ouvrage de Knudson et donne la référence de ses autres nouvelles.

Berlage, G. Differences in male and female college athletes' commitment to sports and its implications. *North American Society for the Sociology of Sport Conference, unpublished paper, 1983, 1-15.* SIRLS

Griffin, P.S. R.R. Knudson's sport fiction: a feminist critique. *Arete 3 (1), 1985, 3-10.* SIRC/CDS, SIRLS

Hollands, R.G. Images of women in Canadian sports fiction. *In, Theberge, N. and Donnelly, P. eds., Sport and the sociological imagination. Fort Worth, Tex.: Texas Christian University Press, 1984, p. 40-56.* SIRC/CDS, SIRLS

McMillan, P.; Moriarty, D. Comparative Canadian-American study on the effect of television athletics and organized sport on children and youth. Arlington, Va.: ERIC, 1980. SIRLS, SIRC/CDS

The Miller Lite report on American attitudes toward sports. Milwaukee, Wis.: Miller Brewing Company 1983. SIRC/CDS, SIRLS

Oriard, M. Jenifer Levin's Water dancer and the feminist sport novel. *Unpublished paper, 1986.* SIRLS

La socialisation dans le sport

Cantelon (1981) a examiné les processus de socialisation *au sein* des activités sportives, en prenant le point de vue du jeune athlète en tant que travailleur. L'étude a porté notamment sur les régimes d'entraînement des gymnastes de sexe féminin inscrites à la première école de sport au Canada, à Toronto, ainsi que ceux d'enfants athlètes de l'U.R.S.S. et de l'Allemagne de l'Ouest. Gruneau a examiné les arguments philosophiques et moraux invoqués par les parents et les entraîneurs, et parfois même par les athlètes visés, pour justifier le travail sportif imposé aux enfants : l'entraînement favorise l'autodiscipline, le goût de l'effort, la détermination, le comportement axé sur l'atteinte d'objectifs, etc. Il convient de souligner que même si le sport en général est la chasse gardée des hommes, les sports individuels comme la gymnastique et le patinage artistique, où les enfants sont très présents, sont aussi les disciplines où les filles l'emportent en nombre sur les garçons.

La socialisation au sein des sports pratiqués par les femmes est un phénomène rarement étudié par le passé. Dans une étude ethnographique rare dans ce domaine, Prendergast (1978) a observé les parties de plaisir que s'organisaient les femmes autour du *stoolball*, un jeu semblable au cricket, dans un village anglais. Elle y décrit la fonction «pratique» des réunions d'équipe qui permettent de recruter de nouveaux ouvriers pour les fermes, ainsi que les fonctions de socialisation des rencontres, puisqu'elles permettent de partager de l'information et des commérages et de développer un esprit de groupe.

Sherlock (1983) a adopté un point de vue féministe dans son étude sur la monitrice d'éducation physique en tant que «produit culturel» (initiation sociale au sport et à l'éducation physique) et «productrice de culture» (socialisation au sein du sport et de l'éducation physique). Après avoir observé les réactions au féminisme des étudiantes inscrites dans les collèges d'éducation physique en Grande-Bretagne, elle a conclu que les jeunes femmes qui travaillent dans un domaine dominé par les hommes avaient tendance à reproduire les conditions culturelles qui les opprimaient : elles se préoccupaient de paraître féminines, se dissociaient du lesbianisme et tenaient à entretenir une image de monitrices d'éducation physique plutôt que de femmes athlètes (voir Sport, sexe et sexualité, p. 52).

Addelson, K.P. Equality and competition: can sports make a woman of a girl? *In, Postow, B.C. ed., Women, philosophy, and sport. Metuchen, N.J.: Scarecrow Press, 1983, p. 133-161.* SIRC/CDS, SIRLS

Cantelon, H. High performance sport and the child athlete: learning to labour. *In, Ingham, A.G. and Broom, E.F. eds., Career Patterns and Career Contingencies in Sport. Vancouver: University of British Columbia, 1981, p. 258-286.* SIRC/CDS, SIRLS

Sherlock, J. The female physical educator in Britain as cultural product and as cultural producer. *In, International Committee for the Sociology of Sport, 8th Symposium. Paris, 1983, p. 583-588.* SIRLS

Varpalotai, A. The hidden curriculum in leisure - an analysis of a girls sport subculture. *Women's studies international forum 10 (4), 1987, 411-422.* SIRC/CDS, SIRLS

Varpalotai, A. Sport, gender and the hidden curriculum in leisure: a case study of adolescent girls. Ph.D. dissertation, University of Toronto, 1987.

Le sport et la déviance

Stevenson (1975) a cherché à vérifier l'affirmation selon laquelle le sport joue le rôle d'agent de socialisation en «formant le caractère» et en favorisant l'évolution morale et sociale. Son étude de la documentation a produit des résultats équivoques et contradictoires et a mis en lumière des lacunes méthodologiques et théoriques. Néanmoins, on continue de croire que le sport empêche la déviance chez les jeunes particulièrement les garçons de classe ouvrière. D'un examen de la documentation sur le sujet (Segrave), il ressort que les délinquantes ont rarement fait l'objet de telles recherches; certaines études ont révélé que les femmes athlètes avaient moins tendance à adopter un comportement délinquant que les non-athlètes, mais la plupart des données ont été rassemblées en 1969-1970 (Buhrman, 1977; Buhrman et Bratton, 1978). Une étude américaine récente (Segrave et Hastad, 1984), a rapporté la même association négative entre l'activité athlétique et la délinquance chez les deux sexes; on a cependant remarqué des différences entre les perceptions des garçons et des filles dans deux secteurs, soit les «pressions de l'avenir» (future strain) et les «possibilités limitées» (limited opportunities), différences sans doute liées aux meilleures possibilités de formation et de carrière offertes aux hommes dans le domaine du sport.

McMillan et Moriarty (1980) ont fait enquête sur ce qui attire les adolescents aux sports : les trois premiers choix étaient les mêmes pour les deux sexes (stimulation, compétition, exercice), mais en quatrième lieu, les filles valorisaient l'amitié et les garçons, l'agression. Devant la prédominance d'études américaines dans le domaine de la psychologie sportive et sociale, il est important de souligner que cette étude a révélé d'importantes différences dans la façon dont les jeunes Américains et les jeunes Canadiens perçoivent la violence et la tricherie dans le sport et les émissions de télévision comportant des scènes d'agression : les Américains en étaient plus tolérants que les Canadiens.

Buhrman, H.G.; Bratton, R.D. Athletic participation and deviant behavior of high school girls in Alberta. *Review of sport & leisure 3(2), 1978, 25-41.* SIRC/CDS, SIRLS

Buhrman, H.G. Athletics and deviancy: an examination of the relationship between athletic participation and deviant behavior of high school girls. *Review of sport and leisure 2, 1977, 17-25.* SIRC/CDS, SIRLS

Hastad, D.N. et al. Youth sport participation and deviant behavior. *Sociology of sport journal 1(4), 1984, 366-373.* SIRC/CDS, SIRLS

McMillan, P.; Moriarty, D. Comparative Canadian-American study on the effect of television athletics and organized sport on children and youth. Arlington, Va.: ERIC, 1980. SIRLS, SIRC/CDS

Segrave, J.O.; Hastad, D.N. Interscholastic athletic participation and delinquent behavior: an empirical assessment of relevant variables. *Sociology of sport journal 1(2), 1984, 117-137.* SIRC/CDS

Segrave, J.O. Sport and juvenile delinquency. *Exercise and sport sciences reviews 11, 1983, 181-209.* SIRC/CDS, SIRLS

Stevenson, C.L. Socialization effects of participation in sport: a critical review of the research. *Research quarterly 46(3), 1975, 287-301.* SIRC/CDS, SIRLS

La recherche sur les rôles propres à chaque sexe

Dans la recherche sur les rôles propres à chaque sexe, un des concepts centraux est celui du conflit de rôles que vit l'individu quand les attentes et les exigences associées à ses multiples rôles sont incompatibles. Pour faire face à ce conflit, le sujet tend parfois à renoncer à un des rôles problématiques. La majeure partie de la recherche psychosociologique menée sur les femmes athlètes dans les années 70 et au début des années 80 s'appuyait sur l'hypothèse incontestée de l'impossibilité de concilier le rôle de femme et celui d'athlète. En fait, ce sont les caractéristiques qu'on a appris à associer avec la féminité traditionnelle qui sont jugées contraires à la performance dans le sport; on a rarement tenu compte du fait que la féminité est un édifice érigé par la société, formé par l'histoire avec l'intervention de la classe sociale et de la race ou de l'ethnisme.

Nous n'entendons pas nier que les femmes athlètes, particulièrement celles qui ont ouvert la voie dans des sports non traditionnels, ont dû lutter contre des attitudes et des pratiques discriminatoires qui allaient à l'encontre d'un plein épanouissement de la personnalité. La notion de conflit de rôles, toutefois, fait reposer le problème et ses solutions sur chaque femme, plutôt que sur les conditions matérielles dans lesquelles se déroule la lutte quotidienne de la femme dans un système sportif qui opère selon des principes de patriarcat et qui sert les intérêts des hommes.

Une bonne partie de la recherche sur les rôles propres à chaque sexe effectuée dans les années 70 acceptait l'hypothèse du conflit de rôles chez les femmes athlètes, en cherchait les manifestations et tentait d'établir des liens entre les traits de caractère masculins ou féminins et les sports désignés comme masculins ou féminins. La méthodologie dans la recherche a demandé beaucoup d'attention : tandis que les premiers tests de personnalité étaient axés sur une échelle bipolaire féminin-masculin, les versions ultérieures, notamment le questionnaire des attributs personnels (Personal Attributes Questionnaire) et l'inventaire Bem des rôles propres à chaque sexe (Bem Sex-Role Inventory), considèrent masculin ou féminin les traits qui se retrouvent plus fréquemment chez les sujets d'un sexe donné mais qui seraient tout aussi acceptables sur le plan social chez les sujets de l'autre sexe. À partir de ces échelles, on a produit les classifications suivantes: masculin, féminin et androgyne ou indifférencié.

Dans l'analyse de cette recherche qu'elle a faite en 1981, Hall démontre que, contrairement à ce qu'on a supposé plut tôt, on remarque que beaucoup de femmes athlètes ont dû effectuer un ajustement psychologique. Ce phénomène semble associé à l'incidence d'une personnalité androgyne, c'est-à-dire une combinaison de traits masculins et féminins (aussi appelés instrumentaux et expressifs, ou actifs et sociaux (*agentic* et *communal*) chez plusieurs groupes de femmes qui se poussent au maximum, notamment les sportives. Dans les études relatives aux sports et dans les autres domaines de recherche sur la personnalité, on trouve généralement que les personnes à caractère androgyne savent se valoriser. Hall souligne toutefois que la réification des rôles propres à chaque sexe, la perpétuation des stéréotypes associés aux femmes athlètes et l'importance attribuée à des attentes normatives persistent dans tous ces domaines de recherche, qu'on la qualifie de masculine, féminine ou androgyne (Hall, 1981).

Dans l'analyse de Hall il y a neuf ans, on a continué de publier des études de ce genre, sauf que l'on considère les participantes sportives comme étant androgynes, plutôt que des personnalités masculine ou féminine. Même si cette tendance pourrait paraître progressive par rapport aux études antérieures centrées sur les conflits de rôles et les prétendus traits de personnalité masculine chez les sportives, certaines des suppositions qu'on y trouvait persistent: on croit toujours, par exemple, que les caractéristiques féminines sont incompatibles avec le succès sportif et que, par conséquent, une «vraie femme» ne peut être ni athlète ni administratrice sportive. Dans un examen récent de la documentation, on a proposé que la prochaine étape consisterait à transcender la notion de rôle propre à chaque sexe et à abandonner complètement l'emploi des termes masculin et féminin (Birrell, 1983).

Même si les psychologues semblent accepter le phénomène de l'androgynie comme un nouveau point de référence constituant une amélioration en matière de santé mentale, il n'en est pas nécessairement de même pour les décideurs dans les secteurs de l'enseignement ou de l'administration sportive, qui ont plutôt tendance à conserver un point de vue traditionnel pour les questions d'identité et de rôle sexuels. Ces attitudes et ces

pratiques ont pour effet de perpétuer la marginalité des femmes dans le monde du sport, tandis que les hommes continuent de tenir la majorité des postes dans les domaines de l'entraînement de l'administration et dans les départements universitaires d'éducation physique (voir Les carrières dans le sport, p. 81).

La classe sociale et la race et l'origine ethnique sont des facteurs importants influant sur la tolérance à l'égard des personnes qui adoptent des comportements différents de ceux que l'on reconnaît généralement aux personnes de leur sexe. De nombreux parents et enseignants punissent, au lieu d'encourager, les filles qui s'écartent du stéréotype féminin en participant à certains sports. En outre, pour bon nombre de personnes, les caractéristiques visibles d'une personnalité androgyne — la confiance en soi, l'affirmation de soi, la détermination — sont inévitablement associées à une image menaçante de la femme comme personne autoritaire et dominatrice, à tendances lesbiennes et qui déteste les hommes.

Le sport et la sexualité

Puisqu'on attribue au stéréotype de la «femme athlète» et de la «lesbienne» des caractéristiques supposément masculines comme l'agression et l'esprit d'indépendance, on établit souvent un lien entre le sport et le lesbianisme. La question du pouvoir mâle est au coeur de cette association: quelle que soit leur tendance sexuelle, les femmes qui rejettent les rôles féminins traditionnels dans leur carrière d'athlète, d'entraîneur ou d'administratrice sportive, ou dans toute autre activité non traditionnelle, menacent les rapports de pouvoir qui existent entre les sexes. Par conséquent, ces femmes sont souvent la cible de remarques mettant en doute leur sexualité afin de dévaloriser ou de diminuer leur succès. (Smith, 1981; Lenskyj, 1985).

À cause de l'homophobie dirigée contre les sportives, de nombreuses hétérosexuelles se sentent malheureusement obligées de prouver leur féminité et leur hétérosexualité à toute occasion, afin de se dissocier du lesbianisme comme tel et des sportives lesbiennes. Elles vont même jusqu'à réfuter les analyses féministes de la discrimination sexuelle (Sherlock, 1983). Les athlètes lesbiennes dans certaines métropoles canadiennes ont organisé des ligues et des clubs de loisirs où leur identité sexuelle est bien acceptée (Kidd, 1983a; Baxter, 1983). Il est toutefois essentiel que les sportives, lesbiennes et hétérosexuelles, soient solidaires dans leur lutte et leur action politique, comme on l'a souligné récemment lors de la réunion annuelle de 1985 de l'Association canadienne pour l'avancement de la femme et du sport (Lenskyj, 1985; Krebs, 1984).

L'homophobie continue d'être une source de discussion et de préoccupation au sein de l'ACAFS et d'autres organisations féministes. Récemment, dans les cercles d'éducation physique et de sports dominés par les hommes, cette question a été abordée lors de la conférence annuelle de l'AAHPER (1987), de l'ACSEPL (1988) et de la Société nord-américaine pour la sociologie du sport (1989) (Sabo, 1987; Griffin, 1989; Lenskyj, 1989).

Mais compte tenu de la position vulnérable des femmes, en particulier des lesbiennes, dans les départements d'éducation physique universitaires, de nombreuses femmes ne se sentent pas en sécurité pour discuter de leur expérience personnelle de harcèlement homophobique dans des tribunes publiques. Il faut donc que ces femmes obtiennent l'appui nécessaire des activistes féministes en dehors des sports afin de traiter des questions de sexe et de sexualité dans le sport au niveau local.

La participation accrue des femmes dans les sports et les activités physiques au cours des dix dernières années semble suggérer que les allusions et les étiquettes servant à alimenter l'homophobie ont perdu quelque peu de leur efficacité. L'hétérosexualité obligatoire institutionnalisée, comme l'appelle Rich, sert encore à limiter la participation des femmes aux sports; ceux-ci sont encore classés comme étant «féminins» ou «non féminins» selon qu'ils contribuent ou non à l'attrait hétérosexuel (Rich, 1980). Cette tendance se manifeste dans la prolifération soutenue des cours de danse exercice, symbolisée par des corps féminins élancés, aux muscles bien fermes, serrés dans des collants de couturier. Dans ce cas, les industries du conditionnement physique et de la mode collaborent pour perpétuer l'exploitation de la femme et l'hétérosexualité obligatoire (Kidd, 1983; Salmon, 1983; Lenskyj, 1984). Même dans les sports non traditionnels comme le culturisme, l'attrait hétérosexuel, caractérisé par des muscles galbés et symétriques plutôt que massifs et proéminents, est devenu un critère pour juger ce qui serait sensé être un concours de développement musculaire et non de «féminité» (Gaines, 1983).

Pour tenter de trouver une nouvelle solution au problème de l'homophobie dans les sports, les lesbiennes et les homosexuels ont établi des Jeux

et un festival culturel «gais» internationaux à San Francisco en 1982 et en 1986 qui s'est également déroulé à Vancouver en 1990 (Muzin, 1989). En plus de leur caractère (principalement mais non exclusivement) lesbien et homosexuel masculin, ces jeux favorisaient un nouveau modèle de participation fondé sur le principe de l'inclusion. Contrairement à la plupart des autres manifestations sportives internationales contemporaines, il n'y a aucune élimination ni série de qualification et l'accent est mis essentiellement sur la participation. Mais les organisateurs et organisatrices de ces jeux ont publié un exposé de principe à l'appui du boycott des sports en Afrique du Sud en raison de leur engagement à combattre le racisme dans les sports. (Metropolitan Vancouver Athletic and Arts Society, 1988).

Allard, J. Sex roles, social change and cultural ideals of fitness. *Leisure information quarterly 12 (4), 1986, 1;3-5.* SIRC/CDS, SIRLS

Andrews, R. No spare rib: the advent of hard women rock climbers. *Mountain 97, May/June 1984, 22-29.* SIRC/CDS

Baxter, B. Lesbians and sport: the dilemma of coming out. *Kinesis, Jul/Aug 1983, 19.* SIRC/CDS

Birrell, S. The psychological dimensions of female athletic participation. *In, Boutilier, M.A. and SanGiovanni, L. eds., The sporting woman. Champaign, Ill: Human Kinetics Publishers, 1983, p. 49-91.* SIRC/CDS, SIRLS

Bloch, C. Everyday life, sensuality and body culture. *Women's studies international forum 10 (4), 1987, 433-442.* SIRLS

Broverman, I. et al. Sex role stereotypes and clinical judgments of mental health. *Journal of consulting and clinical psychology 34(1), 1970, 1-7.*

Browne, S.; Murphy, W. Young working class mothers, sport participation and marital conflict: a preliminary investigation. *Physical education review 8 (2), 1985, 104-109.* SIRC/CDS, SIRLS

Caldwell, F. Title IX notwithstanding girls expected to 'glow'. *Physician and sportsmedicine 11(6), 1983, 40-41.* SIRC/CDS

de Beauvoir, S. The formative years: the young girl. *In, de Beauvoir, S., The second sex. New York: Vantage, 1974, p. 367-413.*

Del Rey, P. Apologetics and androgyny: the past and the future. *Frontiers 3 (1), 1978, 8-10.*

Del Rey, P.; Sheppard, S. Relationship of psychological androgyny in female athletes to self-esteem. *International journal of sport psychology 12(3), 1981, 165-175.* SIRC/CDS, SIRLS

Dewar, A. Knowledge and gender in physical education. *In Gaskell, J. and McLaren, A., eds., Woman and education: a Canadian perspective. Calgary: Detselig, 1987, p. 265-288.*

Dewar, A.M. The social construction of gender in physical-education. *Women's studies international forum 10 (4), 1987, 453-465.* SIRLS

Drysdale, K.J. Socio-historical analysis of the stigmatization of the high level female, softball competitor. Ph.D. Dissertation, University of Iowa, 1978. SIRC/CDS

Duquin, M.E. Feminism and patriarchy in physical education. *In, Dunleavy, A.O., Miracle, A.W. and Rees, C.R. eds., Studies in the sociology of sport. Fort Worth, Tex.: Texas Christian University Press, 1982, p. 167-179.* SIRC/CDS, SIRLS

Feinman, S. Why is cross-sex-role behavior more approved for girls than for boys? A status characteristic approach. *Sex roles 7 (3), 1981, 289-300.*

Franck, L. Exposure and gender effects in the social perception of women bodybuilders. *Journal of sport psychology 6 (2), 1984, 239-245.* SIRC/CDS, SIRLS

Fried, B. Boys will be boys: the language of sex and gender. *In, Hubbard, R. et al. ed., Biological woman. Cambridge, Mass.: Schenkman Pub. Co., 1982, p. 45-69.*

Frye, M. A lesbian perspective on woman's studies. *In, Cruikshank, M. ed., Lesbian studies. Old Westbury, N.Y.: Feminist Press, 1982, p. 194-198.*

Gaines, C.; Butler, G. Iron sisters: today's muscular women mirror important changes in our society. *Psychology today 17 (11), Nov 1983, 64-69.* SIRC/CDS

Goldstein, J.E. Women striving. Pursuing the physical challenge. *Parks & recreation, 18(1), 1983, 70-76;78-81.* SIRC/CDS

Gollan, D. Our muscles, ourselves. *Broadside 6, Jul 1985, 13.*

Griffin, P. Homophobia in physical education. *CAHPER journal 55 (2), 1989, 27-31.* SIRC/CDS, SIRLS

Guay, D. La danse aérobie...en faites-vous? *Canadian woman studies/Les cahiers de la femme 4(3), 1983, 72-74.* CDS/SIRC

Hall, M.A. How should we theorize gender in the context of sport? In, *M. and Sabo, D. eds., Sport, men, and the gender order. Champaign, Ill.: Human Kinetics, 1990.*

Hall, M.A. Le sport, les rôles et l'identité selon le sexe. Ottawa: Institut canadien de recherches pour l'avancement de la femme, 1982.

Hall, M.A. Sport, sex roles and sex identity. Ottawa: Canadian Research Institute for the Advancement of Women, 1981. SIRC/CDS, SIRLS

Hall, M.A. Women and the Lawrentian wrestle. *Canadian women's studies 1 (4), 1979, 39-41.* SIRLS

Hoferek, M.J. Sex role prescriptions and attitudes of physical educators. *Sex roles 8(1), 1982, 83-98.* SIRLS

Hoferek, M.J. Sex-roles and physical activities: evolving trends. *Quest 34(1), 1982, 72-81.* SIRC/CDS, SIRLS

Humberstone, B.J. Challenging gender stereotyping through adventure education. *In, Trends and developments in physical education: proceedings of the VIII Commonwealth and International Conference on Sport, Physical Education, Dance, Recreation and Health. London: E. & F.N. Spon, 1986, p. 438-445.* SIRC/CDS, SIRLS

Iglitzin, L. War, sex, sports, and masculinity. *In, Farrar, L.L. ed., War: a historical, political and social study. Santa Barbara, Calif.: ABC-Clio, 1978, p. 63-69.*

Kenen, R.H. The women's exercise class comes of age: physical fitness as a social enterprise. *Arena review 10 (1), 1986, 14-27.* SIRC/CDS, SIRLS

Kidd, B. Sports and masculinity. *Queen's quarterly 94 (1), 1987, 116-131.* SIRC/CDS, SIRLS

Kidd, D. Dyke dynamos: women in sports. *Pink ink, Aug 1983a, 14-15.* SIRC/CDS

Kidd, D. Getting physical: compulsory heterosexuality and sport. *Canadian woman studies 4(3), 1983b, 62-65.* SIRC/CDS

Knoppers, A. Androgyny: another look. *Quest 32(2), 1980, 184-191.* SIRC/CDS, SIRLS

Knouse, S.B. Males' and females' stereotypes of game-playing abilities. *Perceptual and motor skills 55(2), 1982, 543-545.* SIRC/CDS, SIRLS

Kort, M. High marks for homophobia. *Women's sports 4(11), 1982, 20-21;54.* SIRC/CDS

Kort, M. Is she or isn't she? Women athletes and their gender identity. *Chrysalis 9, Fall 1979, 76-79.* SIRC/CDS

Krebs, P. At the starting blocks: women athletes' new agenda. *Off our backs 14 (1), Jan 1984, 1-3.* SIRC/CDS

LaTorre, R.; Wendenburg, K. Psychological characteristics of bisexual, heterosexual and homosexual women. *Journal of homosexuality 9, Aug 1983, 87-98.*

Leaman, O. Sport and the feminist novel. *Physical education review 5(2), 1982, 100-106.* SIRC/CDS, SIRLS

Lenskyj, H. Combatting homophobia in sport and physical education: academic and professional responsibilities. *North American Society for the Sociology of Sport Conference, unpublished paper, 1989.*

Lenskyj, H. Female sexuality and women's sport. *Women's studies international forum 10 (4), 1987, 381-386.* SIRC/CDS, SIRLS

Lenskyj, H. Selling sexercise. *Mudpie, Dec 1984, 17.* SIRC/CDS

Lenskyj, H. Sport, femininity and sexuality. *Resources for feminist research 13 (2), 1984, 66-68.* SIRC/CDS

Lenskyj, H. Strike three and come out. *Broadside 6 (10), 1985, 5.* SIRC/CDS

MacKinnon, C. Feminism, marxism, method and the state: an agenda for theory. *Signs 7 (3), 1982, 515-544.*

McCann, P. Cutting figures: curves or competence? *Breaking the silence 7 (1), 1988, 18-19.*

McCormack, T. The new female jocks. *Canadian woman studies 4(3), 1983, 55-58.* SIRC/CDS

Metropolitan Vancouver Athletic and Arts Society. The Gay Games and the South African sports boycott. Vancouver, 1988.

Moriarty, F.J. Victims of the kiddie kult. *Women's sports 5 (4), 1983, 60;58.* SIRC/CDS

Muzin, K. Gay games the event of the decade. *Kinesis, June 1989, 14.*

Oliver, B. Teacher responses to sex-typed behavior in physical education classes. *Psychology 19(2/3), 1982, 37-44.* SIRLS

Pike, S.W. Androgyny: a dead end of a promise. *In, Stark-Adamec, C. ed., Sex roles: origins, influences and implications for women. Montreal: Eden Press, 1980, p. 20-32.*

Rich, A. Compulsory heterosexuality and lesbian existence. *Signs 5 (4), 1980, 631-660.*

Rohrbaugh, J.B. Femininity on the line. *Psychology today 13(3), Aug 1979, 30 42.* SIRC/CDS, SIRLS

Sabo, D. Opening the closet door: some political implications of doing controversial research. *AAHPERD Conference, Las Vegas, unpublished paper, 1987.*

Sabo, D.F.; Runfola, R. Sports and sexism. *In, Sabo, D.F. and Runfola, R. eds., Jock: sports & male identity. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall, 1980, p. 5-36.* SIRLS

Sabo, D.F.; Runfola, R. Women, sex role stereotyping, and sports. *In, Sabo, D.F. and Runfola, R. eds., Jock: sports & male identity. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall, 1980, p. 199-248.* SIRLS

Salmon, J. Cutting class. *Women's sports 5 (3), 1983, 60.* SIRC/CDS

Sherlock, J. The female physical educator in Britain as cultural product and as cultural producer. *In, International Committee for the Sociology of Sport, 8th Symposium. Paris, 1983, p. 583-588.* SIRLS

Sherlock, J. Issues of masculinity and femininity in British physical-education. *Women's studies international forum 10 (4), 1987, 443-451.* SIRLS

Smith, R. Women, karate and gender typing. *Sociological inquiry 51 (2), 1981, 113-120.* SIRLS

Stone, L. Body politics. *Runner 2 (6), 1980, 40-47.*

Strachan, D. Fitness and sexuality. *Fitness leadership 2(1), 1983, 1-4.* SIRC/CDS

Talbot, M. Gender and physical education. *British journal of physical education 17 (4), 1986, 120-122.* SIRC/CDS, SIRLS

Taylor, A. Conceptions of masculinity and femininity as a basis for stereotypes of male and female homosexuals. *Journal of homosexuality 9, Aug 1983, 37-54.*

Valverde, M. Confessions of a tomboy. *Broadside 4 (4), 1983, 14.*

Watson, T. Women athletes and athletic women - the dilemmas and contradictions of managing incongruent identities. *Sociological inquiry 57 (4), 1987, 431-446.* SIRC/CDS, SIRLS

Williams, J. The de-sissification of dance. *British journal of physical education 17 (4), 1986, 149-150.* SIRC/CDS, SIRLS

Williams, J.M.; Miller, D.M. Sex-role orientation and athletic administration. *Sex roles 9(11), 1983, 1137-1148.* SIRC/CDS, SIRLS

Young, I. Throwing like a girl: a phenomenology of feminine body comportment, motility and spatiality. *Human studies 3, Apr 1980, 137-156.*

Harcèlement sexuel et exploitation sexuelle

Les filles et les femmes sont souvent la cible de harcèlements et d'exploitation sexuelle là où elles pratiquent des sports ou participent à des activités sportives. Les journalistes féminins qui couvrent les sports ont souvent fait l'objet de remarques déplacées et ont été agressées physiquement lors d'entrevues avec des athlètes masculins dans les vestiaires (Lannin, 1987). Les cheerleaders et autres jeunes femmes des campus universitaires sont fréquemment les victimes d'agressions sexuelles de la part de membres des équipes de football ou de basketball ou des fraternités (Green, 1985; Farrell, 1986).

Les jeunes athlètes féminines sont particulièrement vulnérables à l'exploitation des entraîneurs masculins. On a pu montrer que les hommes qui sont en position d'autorité et de pouvoir sur les femmes et les enfants sont fréquemment portés à l'exploitation physique et sexuelle (Russell, 1984) et qu'il existe des preuves que les entraîneurs se trouvent également dans cette catégorie (Appenzeller et Ross, 1986). On a signalé que les filles et les femmes handicapées sont plus susceptibles d'être victimes d'exploitation sexuelle et physique que les femmes non handicapées (Doucette, 1987). Il s'agit là encore d'un autre obstacle à l'accès des femmes handicapées aux activités physiques et aux sports.

Un des types d'exploitation bien documentés est psychologique : le contrôle du poids et des habitudes alimentaires des athlètes femmes obtenu par une humiliation publique des filles et des femmes qui sont trop grosses selon l'entraîneur. On a pu déterminer que cette façon d'agir contribue à faire augmenter le taux des troubles alimentaires chez les femmes athlètes, et des rapports récents demandent instamment aux entraîneurs de s'intéresser à ce grave problème (Overdorf, 1987; Rosen et Hough, 1988). (voir Les troubles alimentaires chez les athlètes féminines, p. 121).

Kidd et Eberts (1982) ont révélé comment certaines dispositions des contrats que les athlètes de compétition concluent avec les associations sportives leur font perdre certaines libertés; mais les façons précises dont les entraîneurs sont susceptibles d'abuser de leur autorité par rapport aux athlètes de sexe féminin doivent faire l'objet d'une étude plus approfondie. Le harcèlement des athlètes, des entraîneurs et des administratrices lesbiennes constitue une forme de harcèlement sexuel qui commence à peine à devenir un sujet de discussion publique. La législation en matière des droits de la personne offre des moyens possibles de protection mais la publicité qui entoure ces conflits et la difficulté de prouver les accusations en décourage plus d'une. (voir La législation canadienne sur les droits de la personne p. 20; Sport, sexe et sexualité, p. 52).

Appenzeller, H.; Ross, C.T. Illinois - elementary physical education teacher dismissed for immoral conduct. *Sports and the courts 7 (3), 1986, 3-4.* SIRC/CDS

Baxter, B. Out to change the sport system. In, *Everywoman's almanac.* Toronto: Women's Press, 1987.

Doucette, J. Violent acts against disabled women. Toronto: DisAbled Women's Network, 1987.

Farrell, C. University of Minnesota's basketball coach fired. *Chronicle of higher education 31, 5 Feb 1986, 33-34.*

Gondola, J.; Fitzpatrick, T. Homophobia in girls' sports: 'names' that can hurt us... all of us. *Equal play, Spring/Summer 1985, 18-19.*

Griffin, P.; Genasci, J. Addressing homophobia in physical education. *In, Messner, M. and Sabo, D. eds., Sport, men, and gender order. Champaign, Ill.: Human Kinetics, 1990.*

Griffin, P. Homophobia in physical education. *CAHPER journal 55 (2), 1989, 27-31.* SIRC/CDS, SIRLS

Griffin, P. How to identify homophobia in women's athletic programs. *New Agenda for women in sport regional conference, Philadelphia, unpublished paper, 1984.*

Griffin, P.S. Homophobia, lesbians, and women's sports: an exploratory analysis. Paper presented at 95th annual convention of the American Psychological Associaiton, 1987. SIRC/CDS

Kidd, B.; Eberts, M. Athletes' rights in Canada. Toronto: Ministry of Tourism and Recreation, 1982. SIRC/CDS, SIRLS

Lannin, J. Assignment: sports. A decade ago, women sportswriters entered the locker room. What's happened since? *Women's sports & fitness 9 (3), 1987, 77-79;95.* SIRC/CDS

Maryland - student molested in locker room awarded damages of $308,775. *Sports and the courts 9 (4), 1988, 1-3.* SIRC/CDS

Overdorf, V.G. Conditioning for thinness: the dilemma of eating-disordered female athletes. *Journal of physical education, recreation & dance 58 (4), 1987, 62-65.* SIRC/CDS

Rosen, L.W.; Hough, D.O. Pathogenic weight-control behaviors of female college gymnasts. *Physician and sportsmedicine 16 (9), 1988, 140-143;146.* SIRC/CDS

Russell, D. Sexual exploitation: rape, child sexual abuse and workplace harassment. Beverly Hills: Sage, 1984.

Sabo, D. Opening the closet door: some political implications of doing controversial research. *AAHPERD Conference, Las Vegas, unpublished paper, 1987.*

Other Resources / Ressources additionnelles

Breaking the trust: sexual harassment on campus (video). London, Ont.: University of Western Ontario, Kern Murch Productions, 1986.

Robichaud, B. A guide to sexual harassment in the workplace. P.O. Box 149, Osgoode, Ontario, K0A 2W0.

Classe sociale, race et appartenance ethnique

Les effets de la classe sociale

À la classe sociale sont associées des structures précises concernant le sport tant féminin que masculin; toutefois, on n'a pas encore étudié en profondeur la question du pendant féminin du jeune homme de classe ouvrière qui peut gravir l'échelle sociale s'il devient jockey ou boxeur, ou de l'homme de classe supérieure qui renforce sa position sociale en s'adonnant à l'équitation ou à la navigation de plaisance. Metheny a été l'une des premières à tenter de déterminer les différences de classe associées à la classification des sports dits féminins; elle a proposé, par exemple, qu'une activité qui consiste à lancer un objet lourd, comme une boule de quilles, même si elle est considérée masculine, peut être pratiquée par des femmes de classe ouvrière. À cause des changements survenus dans les attitudes et les pratiques à l'égard des femmes et du sport, il convient de revoir la classification de Metheny, mais le principe sous-jacent, c'est-à-dire que la classe sociale influe sur l'admissibilité des femmes aux sports, reste vrai (Metheny, 1963).

Aux rapports entre la classe sociale et les sports propres à chaque sexe s'ajoutent les conditions matérielles de la femme, qui influent beaucoup sur le choix du sport à pratiquer et sur la décision de participer ou non à une activité sportive. En effet, le coût des vêtements, de l'équipement

sportif et des cours, de la location des installations, des déplacements et de la garde des enfants, peut dépasser les ressources financières de nombreuses femmes qui, de façon globale, gagnent 40 p. 100 de moins que les hommes, et dont un grand nombre sont des ménagères non rémunérées. Ces facteurs expliquent en partie l'attrait des cours de conditionnement physique peu coûteux ou gratuits donnés dans des centres communautaires, où l'on offre souvent de garder les enfants et où les frais d'équipement et de déplacement sont minimes.

La notion de loisirs pour les femmes se complique dans le cas de celles qui travaillent uniquement à la maison, où la ligne de démarcation entre «travail» et «loisir» est pratiquement imperceptible. Il reste vrai cependant pour toutes les femmes que la classe sociale influe sur le temps qui peut être consacré au sport ou à l'activité physique, ainsi que sur la qualité de ce temps. Par exemple, le fait de pouvoir se payer des services de garderie et d'entretien ménager a un effet direct sur le nombre d'heures de loisirs. Il n'est pas suprenant que les femmes canadiennes estiment que le premier obstacle à l'accroissement de l'activité physique est le manque de temps (En évolution, 1984).

L'attitude des membres de la famille à l'égard des loisirs, du sport et de l'activité physique pour les femmes est également modelée par la classe sociale et a des répercussions sur la participation sportive des femmes : si on estime que le comportement d'une épouse et mère doit être désintéressé et passif, on peut avoir tendance à limiter les activités de loisirs des femmes à la télévision et au bingo. La classe sociale et le sexe influent tous deux sur les valeurs attribuées à une activité physique pratiquée régulièrement pour se tenir en bonne forme physique et mentale (Laberge et coll., 1985). Des études sur des coureurs, par exemple, ont démontré chez ce groupe une prépondérance d'hommes instruits avec un revenu élevé (Brown et Curtis, 1984; McTeer, 1983) (voir Les femmes et les loisirs, p. 77).

Brown, B.A.; Curtis, J.E. Does running go against the family grain? National survey results on marital status and running. *In, Theberge, N. and Donnelly, P. eds., Sport and the sociological imagination. Fort Worth, Tex.: Texas Christian University Press, 1984, p. 352-367.* SIRC/CDS, SIRLS

Canada. Fitness and Amateur Sport, Women's Program. Canada Fitness Survey. Condition physique et Sport amateur, Programme pour les femmes. Enquête condition physique Canada. Changing times: women and physical activity. En évolution: la femme et l'activité physique. Ottawa: Canada Fitness Survey / Enquête condition physique Canada, 1984. SIRC/CDS, SIRLS

Cantelon, H. High performance sport and the child athlete: learning to labour. *In, Ingham, A.G. and Broom, E.F. eds., Career Patterns and Career Contingencies in Sport. Vancouver: University of British Columbia, 1981, p. 258-286.* SIRC/CDS, SIRLS

Coleman, M. et al. Physical exercise, social background, and the well-being of older adult women. *Perceptual and motor skills 60 (3), 1985, 737-738.* SIRC/CDS, SIRLS

Edwards, P. Growing together: demonstration fitness and lifestyle projects for low-income women. 1st ed. S'épanouir ensemble: projets sur la condition physique et les habitudes de vie des femmes à faible revenu. 1re éd. Ottawa: Canadian Public Health Association / L'Association canadienne de santé publique; Fitness and Amateur Sport Canada/Condition physique et Sport amateur, 1981. SIRC/CDS

Fritschner, L.M. Karate: the making and the maintenance of an underdog class. *Journal of sport behavior 1 (1), 1978, 3-13.* SIRC/CDS, SIRLS

Gottlieb, N.H.; Chen, M.S. Sociocultural correlates of childhood sporting activities: their implications for heart health. *Social science and medicine 21 (5), 1985, 533-539.* SIRLS

Hasbrook, C.A. et al. Implications of social class background on female adolescent athletes and nonathletes. *In, Greendorfer, S.L. and Yiannakis, A. eds., Sociology of sport: diverse perspectives. West Point, N.Y.: Leisure Press, 1981, p. 95-108.* SIRC/CDS, SIRLS

Hasbrook, C.A. The sport participation-social class relationship: some recent youth sport participation data. *Sociology of sport journal 3 (2), 1986, 154-159.* SIRC/CDS, SIRLS

Hasbrook, C.A. The sport participation-social class relationship among a selected sample of female adolescents. *Sociology of sport journal 4 (1), 1987, 37-47.* SIRC/CDS, SIRLS

Higginson, D.C. Opportunity set influences in the female sport participation process. *Physical educator 43 (2), 1986, 68-74.* SIRC/CDS, SIRLS

Ikulayo, P.B. Attitudes of girls towards physical education. *Physical education review 6(1), 1983, 24-25.* SIRC/CDS, SIRLS

Laberge, S. L'activité physique chez les femmes: des conditions d'existence qui font la différence. *Canadian woman studies/Les cahiers de la femme 4(3), 1983, 31-34.* CDS/SIRC, SIRLS

Laberge, S. Le dossard social du marathon. *Desport 26, avr/mai 1982, 14-16.*

Laberge, S. Physical activity of non-athletic women: social determinants and cultural pattern. *North American Society for the Sociology of Sport Conference, unpublished paper, 1982.*

Laberge, S. et al. Sociocultural aspects of regular physical activity of non-athlete women. *Unpublished paper, 1984.* SIRC/CDS

McTeer, W. Social background characteristics of runners and the physically active. *Midwest Sociological Society, Annual meeting, unpublished paper, 1983.* SIRLS

Murphy, M.D. Involvement of blacks in women's athletics in member institutions of the Association of Intercollegiate Athletics for Women. Ph.D. Dissertation, Florida State University, 1980. SIRLS

Ontario. Sports and Fitness Branch. Serving disadvantaged women: a guide for the community fitness programmer. Toronto: Sports and Fitness Ontario, 1985. SIRC/CDS

Pacey, P.L. Equal opportunity for women in intercollegiate sports: financial aid and family background as major influences on female participation in competitive programs. *American journal of economics and sociology 41(3), 1982, 257-268.* SIRC/CDS, SIRLS

Schumer, F. Life, liberty and the pursuit of muscle power. *Forbes 123, 28 May 1979, 35.*

Silvennoinen, M. et al. Children's expectations on sport and self-rating related to their parents' background. *Year book 1983-1984, Res. Inst. of Ph. Cul & Heal. and Res. Unit for Sport & P.F. 46, 1985, 208-222.* SIRC/CDS, SIRLS

Washington, M.A.; Lehr, C.A. A sociological profile of participants in the 1983 NCAA women's golf championship. *Journal of sport and social issues 10 (1), 1986, 30-45.* SIRC/CDS, SIRLS

Watson, G.G. Social motivation in children's games: a comparison of sex, class and formality of setting. *Australian journal of science & medicine in sport 16 (3), 1984, 20-31.* SIRC/CDS, SIRLS

La race et l'appartenance ethnique

C'est presque exclusivement aux États-Unis qu'on a étudié les liens entre la race et l'ethnisme, et la participation des femmes au sport. L'abondante recherche américaine sur les Noirs dans le sport n'a que peu de rapports avec la situation canadienne puisque le Canada n'est pas doté des mêmes importants programmes de compétition entre collèges servant à préparer les athlètes, surtout les hommes, à une carrière dans le sport (Lumpkin, 1981; Hanks, 1979; Murphy, 1980). En outre, les Noires et les femmes de couleur au Canada n'ont pas exactement les mêmes antécédents historiques et traditions culturelles que leurs homologues américaines, de sorte que les conclusions des études effectuées aux États-Unis ne s'appliquent pas nécessairement à la situation au Canada.

La race et l'appartenance ethnique influent fortement sur les possibilités qui s'offrent aux Canadiennes au cours de leur vie, et la discrimination raciale contribue sans doute à la sous-représentation des femmes minoritaires dans les rôles d'athlètes, d'entraîneurs et d'administratrices. La présence ou l'absence de modèles de comportement a aussi des répercussions sur la participation sportive des filles appartenant à une minorité : les filles qui nourrissent des ambitions en athlétisme, par exemple, jouissent d'exemples de Noires, coureuses de renommée mondiale, mais il n'en est pas de même pour le ski et le tennis. En outre, les effets de la classe sociale, de la race et de l'origine ethnique sont souvent liés, ajoutant aux problèmes des filles de classe ouvrière qui veulent avoir accès à des sports aux coûts prohibitifs.

En comparant les modèles canadiens et américains d'intégration des minorités dans les sports olympiques, Kjeldsen (1984) a observé que les athlètes canadiens français étaient intégrés à la majorité des sports, à titre d'athlètes, d'entraîneurs et d'officiels, tandis que les Noirs américains étaient nombreux dans certains sports et tout à fait absents dans d'autres. L'intégration des minorités avait tendance à être moins marquée dans les sports comportant des épreuves masculines et féminines, ainsi que dans les sports où les équipes s'entraînaient ensemble : les données de 1980 indiquent qu'il y avait proportionnellement moins de Canadiens français en athlétisme et en natation, des sports auxquels participent les deux sexes, que dans les sports masculins comme l'haltérophilie et le hockey sur glace.

Dans certaines communautés ethniques ou culturelles, on retrouve des attentes encore plus rigides en ce qui a trait au rôle que chacun et chacune doit adopter, et cela peut limiter la participation aux sports des jeunes femmes et des filles. Par exemple, des parents originaires du sud de l'Europe s'inquiéteront si leur fille participe à des activités de natation, à des excursions de camping ou des sorties scolaires, craignant des inconvenances sociales et sexuelles si la supervision n'est pas suffisante. De même, il peut être difficile dans le cas des jeunes filles et des femmes musulmanes de trouver des vêtements qui satisfont aux exigences religieuses tout en répondant aux nécessités de l'activité physique. On a cherché récemment en Angleterre une solution à ces problèmes en créant des programmes de loisirs destinés plus particulièrement à des mères musulmanes avec de jeunes enfants (Dixey, 1981, 1982).

Les approches adoptées à l'égard de la compétition, des réalisations et du fait de gagner sont marquées par des différences tant culturelles que sexuelles. Les études de Duda sur des adolescents américains d'origine indienne (Navahos) et mexicaine portent sur ces différences (Duda 11981, 1982). L'auteur a pu conclure que la perception qu'ont les athlètes du succès et de l'échec est fonction de la situation et de facteurs culturels : par exemple, pour les jeunes Indiens navahos, le processus menant au succès dans le sport, dont les composantes principales sont l'habileté, la pratique et l'effort, est plus important que le résultat ou le but atteint. Duda souligne donc la nature ethnocentrique des approches adoptées actuellement dans le sport pour éveiller chez les participants le désir de réussir, et le fait que les objectifs des femmes athlètes concernant l'importance de gagner ne correspondent pas nécessairement à ceux des entraîneurs (de sexe masculin).

Birrell, S. Women of colour, critical autobiography and sport. *In, Messner, M. and Sabo, D. eds., Sport, men, and the gender order. Champaign, Ill.: Human Kinetics, 1990.*

Birrell, S. The woman athlete's college experience: knowns and unknowns. *Journal of sport and social issues 11 (1/2), Fall/Winter 1987/1988, 82-96.* SIRC/CDS, SIRLS

Cheska, A.T. Gender variations in game attraction factors of native American youth. *In, Dunleavy, A.O., Miracle, A.W. and Rees, C.R. eds., Studies in the sociology of sport. Fort Worth, Tex.: Texas Christian University Press, 1982, p. 29-49.* SIRC/CDS, SIRLS

Dixey, R. Asian women and sport. Action: British journal of physical education 13(4), Jul 1982, 108;114. SIRC/CDS

Dixey, R. The Fairfax Project report. London: Sports Council, 1981. SIRLS

Duda, J. Perceptions of sport success and failure among white, black and hispanic adolescents. *In Watkins et al. eds., Sport science. London: Spon, 1986, p. 214-222.* SIRLS

Duda, J.L. Achievement motivation in sport: minority considerations for the coach. *Journal of sport behavior 4(1), 1981, 24-31.* SIRC/CDS, SIRLS

Duda, J.L. Goals and achievement orientations of Anglo and Mexican-American adolescents in sport and the classroom. *World Congress of Sociology, unpublished paper, 1982.* SIRLS

Greendorfer, S.L. et al. Gender differences in Brazilian children's socialization into sport. *International review for the sociology of sport 21 (1), 1986, 51-63.* SIRC/CDS, SIRLS

Hanks, M. Race, sexual status and athletics in the process of educational achievement. *Social science quarterly 60(3), 1979, 482-496.* SIRLS

Harris, J.C. Athletic exemplars in context: general exemplar selection patterns in relation to sex, race, and age. *Quest 38 (2), 1986, 95-115.* SIRC/CDS, SIRLS

Janis, L. Annotated bibliography on minority in athletics. *Sociology of sport journal 2 (3), 1985, 266-274.* SIRC/CDS, SIRLS

Kjeldsen, E.K.M. Integration of minorities into Olympic sport in Canada and the USA. *Journal of sport and social issues 8(2), 1984, 30-44.* SIRC/CDS, SIRLS

Knoppers, A. et al. Athletic heroes and heroines: a cross ethnic study of American teenagers. *Comparative physical education and sport 7 (2), 1985, 14-25.* SIRLS

Knoppers, A. et al. Winning is not the only thing. *Sociology of sport journal 3 (1), 1986, 43-56.* SIRC/CDS, SIRLS

Lewis, T. Ethnic influences on girls' PE. *British journal of physical education 10(5), 1979, 132.* SIRC/CDS

Lumpkin, A. Blacks and females striving for acceptance. *North American Society for Sport History, Annual conference, unpublished paper, 1981, 1-17.* SIRLS

Metropolitan Vancouver Athletic and Arts Society. The Gay Games and the South African sports boycott. Vancouver, 1988.

Paraschak, V.A.; Scott, H.A. Games Northerners play - the Arctic winter games and the Northern games - reflections of one or several Canada Norths? *In, Proceedings and newsletter - North American Society for Sport History. Minneapolis, Minn.: University of Minnesota, 1980.* SIRC/CDS

Sabo, D. et al. Minorities in sport. New York: Women's Sport Foundation, 1989. SIRLS

Le sport, le sexe et les médias

Les stéréotypes sexuels dans la publicité

Un examen des recherches empiriques sur les stéréotypes sexuels effectué en 1978 a fait ressortir plusieurs conclusions sur la participation des femmes aux sports. Cette étude canadienne a également porté sur la publicité dans la presse écrite et électronique américaine qui, de toute évidence, a beaucoup d'influence sur les Canadiens (Courtney et Whipple, 1978).

1. Les femmes sont présentées principalement comme des ménagères et des mères, tandis que les hommes jouent divers rôles. À cause de l'importance accordée aux activités domestiques, il reste peu de place pour d'autres modèles de comportement, par exemple des femmes qui travaillent à l'extérieur de la maison, qui participent à des activités sportives ou récréatives ou qui font carrière dans le sport.

2. On montre les filles comme étant plus passives que les garçons. Cette caractéristique ne favorise pas la participation aux activités physiques ou au sport, ni la réussite dans ces domaines. Comme la socialisation des filles encourage très tôt la passivité, de nombreuses activités, particulièrement les sports de contact, sont jugées non féminines et par conséquent inacceptables pour des filles.

3. On ne montre pas de femmes actives participant à des sports; on déplore l'absence de modèles de comportement, surtout pour les fillettes. Cette tendance a changé quelque peu depuis 1978, l'année de l'étude, mais les femmes représentées dans la publicité actuelle participent encore en général à des activités sportives traditionnellement féminines. Aujourd'hui, on utilise souvent en publicité des femmes arborant l'«uniforme» de la danse-exercice, le collant et le maillot, pour vendre des produits allant des aliments de régime à des chaînes stéréos, mais il ne s'agit pas d'une démarche très progressive puisque l'image prédominante reste celle d'une hétérosexuelle attrayante plutôt que d'une femme forte et active.

4. Les femmes en tant que ménagères sont représentées comme isolées les unes des autres. Cette image ne tient pas compte de l'action collective entreprise par les femmes, qu'il s'agisse de participer à des sports d'équipe, d'organiser une garderie en coopérative pour les femmes qui courent, ou de contribuer à un groupe d'intervention pour l'égalité des sexes ou le sport pour les femmes.

5. Dans les représentations de sexualité, les femmes apparaissent plus souvent que les hommes dans des rôles «décoratifs» ou non fonctionnels. L'attrait hétérosexuel passif est vu comme la seule expression possible de la sexualité féminine, et la publicité ne sanctionne pas d'autres images sexuelles axées sur la force, l'affirmation de soi et l'indépendance, caractéristiques de femmes actives sur le plan physique; il n'y a pas de place pour des formes différentes d'expression sexuelle.

6. Le mouvement de libération (ou féminisme) est rabaissé ou utilisé de manière à montrer des femmes dominatrices et des hommes stupides. Cette image faussée a sans doute contribué à créer chez le public l'impression que les féministes détestent les hommes et ne sont pas de vraies femmes. Clairement, cet état de choses a des conséquences pour les féministes qui, puisqu'elles occupent des postes d'animatrices et d'entraîneurs et défendent la cause des sports pour les femmes, font face à des hommes, et peut-être même des femmes, qui ont des idées fausses et des préjugés au sujet du féminisme. Il est particulièrement ironique et malheureux qu'un des principaux commanditaires du tennis professionnel féminin, Virginia Slims, soit particulièrement fautif en ce qu'il présente une image dérisoire du féminisme par son slogan: «You've come a long way, baby» («Tu en as fait du chemin, poupée»), qui est à la fois inexact et humiliant (Lenskyj, 1984b; Hilliard, 1983).

Anderson, D. Women's magazines in the 1970s. *Canadian woman studies 2 (2), 1980, 15-16.*

Burstyn, V. Violence, masculinity and profit: a look at the mass entertainment industry. *Canadian woman studies 4 (4), 1983, 25-28.*

Canadian Radio-Television and Telecommunications Commission. Sex-role stereotyping in broadcast media: report on industry self-regulation. Ottawa: CRTC, 1986.

Cole, H. Fitness or fantasy? *Hysteria 4 (4), 1986, 24.*

Courtney, A.; Whipple, T. Canadian perspectives on sex stereotyping in advertising. Stéréotypes fondés sur le sexe dans la publicité, perspective canadienne. Ottawa: Can. Advisory Council on the Status of Women/Conseil consultatif canadien sur la situation de la femme, 1978.

Jeffrey, L. Feminism in the media: the 3-minute workout. *Broadside 8 (6), 1987, 8-9.*

King, L. Broadcasting policy for Canadian women. Vancouver: MediaWatch, 1987.

Lenskyj, H. Women in Sport in the 70s and 80s. Unpublished paper. SIRC/CDS

Masse, M.; Rosemblum, K. Male and female created they them: the depiction of gender in the advertising of traditional women's and men's magazines. *Women's studies international forum 11 (2), 1988, 127-144.*

McGorman, S. This ad offends me. Windsor, Ont., 1984.

MediaWatch. Response to the CRTC report on self-regulation by the broadcasting and advertising industries. Vancouver: MediaWatch, 1986.

MediaWatch. National Watch on Images of Women in the Media Inc. Sex role stereotyping: a content analysis of radio and television programs and advertisements. Vancouver: MediaWatch, 1985.

MediaWatch/Evaluation-médias. Adjusting the image: women and Canadian broadcasting. Ajustons l'image: les femmes et la radiodiffusion canadienne. Vancouver: MediaWatch, 1987.

Parkinson, L. Women and the media: the broken promise of equality. Vancouver: MediaWatch, 1987.

Thibault, A. L'image de la femme à la télévision. *Canadian woman studies/Les cahiers de la femme 2 (2), 1980, 79.*

Wallace, L. CRTC policy statement on sex-role stereotyping: how should women respond? Vancouver: MediaWatch, 1987.

Other Resources / Ressources additionnelles

Advertising Standards Council
1240 Bay St.
Toronto, Ontario M5R 2A7

Canadian Coalition Against Media Pornography
PO Box 1975, Station B
Ottawa, Ontario K1P 5R1

Media Report to Women
Communication Research Associates, Inc.
10606 Mantz Road
Silver Spring, Maryland 10903-1228, USA

MediaWatch/Evaluation-médias
#250-1820 Fir Street
Vancouver, B.C. V6K 3B1
604-731-0457

MediaWatch. Images of women/ Sage/femmes comme une image (video). 1983/4.

Représentation du sport féminin dans les médias

Whannel (1984), Lareau (1983) et Sloan et Kramer (1985) ont reconnu le nationalisme et le sexisme qui caractérisent les reportages des rencontres sportives internationales. En parlant des athlètes de l'Allemagne de l'Est, de l'URSS et de l'Europe de l'Est, les commentateurs abordent fréquemment la question de l'utilisation des drogues, des méthodes «d'élevage industriel» appliquées à la formation des athlètes et du physique qualifié de masculin des nageuses ou des lanceuses de poids, mais ils ne s'attardent jamais au grand nombre des installations sportives ni à l'appui donné aux femmes athlètes dans ces pays.

Parallèlement, tandis que les femmes participant à des sports non traditionnels sont la cible de jugement de ce genre, les femmes gymnastes ou les patineuses jouissent d'une approbation inconditionnelle du fait de leur grâce et de leur féminité, bien que ces caractéristiques soient peut-être le produit de drogues qui retardent l'apparition de la puberté ou de régimes alimentaires draconiens. Les médias s'intéressent plus à l'état civil et familial des femmes athlètes et à l'opinion du commentateur sur les charmes hétérosexuels de ces dernières qu'à leur performance sportive. Toutefois, bien que l'on exige de l'athlète une allure féminine, on évalue invariablement son entraînement et sa performance selon des normes appliquées aux hommes. Reprises dans les reportages de sport féminin, ces tendances reflètent et renforcent la supposition que réussite sportive et féminité, du moins la version nord-américaine de la féminité, sont incompatibles, et qu'une telle combinaison chez une femme est assez exceptionnelle pour mériter d'être soulignée.

La lettre ouverte de Halpert (1988) au réalisateur de NBC Sports à la télévision américaine et sur la représentation dans la presse écrite des Olympiques de 1988 est une critique acerbe du traitement humiliant et sexiste des reporters et des commentateurs sportifs masculins à l'égard des femmes athlètes. Bentley (1988) et McCann (1988) présentent une analyse semblable des reportages canadiens.

En journalisme sportif, comme dans d'autres domaines du sport, les femmes font face à d'importants obstacles. Tandis que les hommes se reconnaissent depuis longtemps la compétence voulue pour faire le reportage et l'analyse des sports féminins, peu de femmes ont eu l'occasion d'en faire autant pour les sports masculins. En 1984, une étude de 115 articles tirés de revues américaines traitant de championnes de tennis internationales a révélé que tous les articles sur

les championnats importants, sauf deux portant sur des joueurs de sexe masculin, étaient écrits par des hommes, tandis que des femmes avaient signé presque la moitié des reportages sur des joueuses (Hilliard, 1984).

Il a été démontré que la proportion des reportages consacrés aux épreuves sportives féminines qui paraissent dans les journaux et les revues sportives aux États-Unis, soit de 10 à 15 p. 100 de l'ensemble, est loin d'être représentative du niveau actuel de participation des femmes. Certaines publications spécialisées, comme *Tennis* et *Runner's World*, contiennent bien un nombre plus équitable de reportages de bonne qualité, mais la revue sportive qui se vend le plus, *Sports Illustrated*, passe sous silence presque tout ce qui se rapporte aux sportives. Pire, on y présente délibérément les femmes comme des objets sexuels, dans le numéro annuel sur les maillots de bain, aussi bien que dans les messages de publicité (Bryant, 1980; Rintala et Birrell, 1984). Les revues et les journaux canadiens n'ont pas été soumis à la même analyse de contenu, mail il est bien clair que les mêmes tendances s'y dessinent. Ce n'est pas par coïncidence, par exemple, que la section des sports du *Toronto Sun* présente peu d'articles sur les femmes athlètes mais réunit toute la collection des annonces de clubs de danseuses exotiques et d'effeuilleuses.

L'apparition en 1974 d'une revue américaine entièrement consacrée au sport féminin, intitulée *WomensSports* et rebaptisée *Women's Sports and Fitness*, aurait pu contribuer à l'avancement de la cause des femmes en mettant l'accent sur le reportage de sports féminins et en publiant les articles de chroniqueuses de sport. Toutefois, Boutilier et San Giovanni (1983) ont clairement démontré que l'orientation politique de la revue a connu une importante transformation, abandonnant l'esprit pionnier et l'optique féministe des premiers jours, en faveur de l'approche modérée qu'elle a maintenant adoptée, s'attardant plutôt à la mode, tant dans la publicité que dans les articles de fond. Les reportages de sports féminins dans la revue *Ms* ont subi sensiblement le même changement au cours des dernières années : les examens de cas de discrimination sexuelle dans les sports ont été remplacés par des comptes rendus non critiques de la participation de femmes à des sports féminins traditionnels comme la gymnastique rythmique et la nage synchronisée. Des publications non commerciales, comme le journal féministe *Off Our Backs*, contiennent à l'occasion des analyses plus éclairées des sujets de l'heure aux États-Unis. Par exemple, *Off Our Backs* a présenté l'une des seules critiques rédigées au sujet de la conférence de 1983 de la *Women's Sports Foundation* (Krebs, 1984).

Certains ont avancé que l'orientation conservatrice actuelle observée en publicité et en journalisme était le résultat de pressions commerciales exercées par les compagnies de produits de beauté et de cigarettes, commanditaires des rencontres sportives. En effet, les industries commanditaires comme Avon et Virginia Slims exigent que les femmes athlètes participant aux sports qu'elles commanditent projettent une image manifestement féminine et hétérosexuelle (Boutilier et San Giovanni, 1983; Hilliard, 1984) (voir Sport, sexe et sexualité, p. 52). On pourrait soutenir qu'il existe d'autres méthodes de mise en marché tout aussi efficaces auxquelles les commanditaires devraient songer : les compagnies de boissons, par exemple, pourraient présenter des femmes consommant leur produit après une partie de balle-molle ou de basketball, plutôt que de les représenter uniquement comme des spectatrices de sports pratiqués par des hommes, qui servent à boire aux joueurs après la partie. Toutefois, il n'est pas nécessairement souhaitable de créer un lien entre l'activité sportive et physique, et l'industrie du tabac, de l'alcool et des produits de beauté ou tout autre secteur qui exploite les femmes ou met en danger la santé des consommateurs et consommatrices.

Il n'existe pas d'équivalent canadien des revues *Women's Sports* ou *Ms*, bien que la publication féministe *Herizons* de Winnipeg compte de nombreuses lectrices au pays; le numéro d'avril 1983 de cette revue, portant sur l'image corporelle, contenait plusieurs articles sur l'activité sportive et physique. Depuis, d'autres articles de cette revue ont abordé des questions connexes. Le périodique albertain, *The Newsmagazine for Alberta Women*, présente régulièrement une chronique sur le sport et la condition physique signée par Kathy Somerville. D'autres publications féministes locales, comme *Broadside* (Toronto) et *Kinesis* (Vancouver), contiennent assez régulièrement des articles liés au sport. Ces publications sont disponibles sur abonnement ou dans les librairies. Enfin, *le bulletin de l'ACAFS* envoyé aux membres de l'Association traite exclusivement des femmes et des sports et a présenté dans des numéros de 1983 et de 1984 une analyse des médias portant sur les aspects positifs et négatifs des reportages sportifs sur les femmes. On trouve dans l'annexe B une liste des revues et pério-

diques féministes publiés au Canada. Il faut toutefois noter que plusieurs ne sont plus publiés à cause de problèmes de financement. En septembre 1989, l'ACAFS/CAAWS a dépouillé les principaux journaux canadiens dans le but de déterminer la façon dont ceux-ci traitent les sports pratiqués par les femmes. Cette étude a permis de découvrir que la couverture était inversement proportionnelle au nombre de lecteurs, c'est-à-dire que les journaux à tirage réduit présentaient davantage d'information sur les sports de femmes que les journaux à grand tirage. Ajoutons que même dans ces journaux, l'espace réservé à cette information ne constituait qu'une fraction de l'espace total.

Les recommandations suivantes proposées par Évaluation-Médias concernant la façon de décrire les femmes résument un certain nombre de points qui intéressent les féministes :

- Employer un langage non sexiste
- Employer des termes parallèles
- Décrire les femmes comme des expertes
- Présenter un portrait physique réaliste concernant la culture, la race et l'âge
- Décrire la famille contemporaine (éviter les stéréotypes)
- Éviter de décrire les femmes comme objets sexuels.

L'emploi d'un langage neutre n'est pas toujours approprié. Il est parfois important de préciser le sexe de la personne concernée. Par exemple, le terme neutre «athlètes» est préférable à «sportifs». Toutefois, il serait trompeur et inexact de traiter du harcèlement sexuel en termes neutres, puisque cela impliquerait que le problème touche également les populations masculine et féminine, alors qu'en réalité, la plupart des contrevenants sont des hommes et leurs victimes, des femmes. Il est nécessaire de préciser le sexe de la personne concernée afin d'exposer des tendances de différenciation selon le sexe.

Becker, M. The outdoors is her business. *Status of women 6 (2), 1980, 14-15.*

Belliotti, R.A. Sports, sex-equality, and the media. *In, Postow, B.C. ed., Women, philosophy, and sport. Metuchen, N.J.: Scarecrow Press, 1983, p. 96-114.* SIRC/CDS, SIRLS

Bentley, P. Advertising: girls in bikinis. *Breaking the silence 7 (1), 1988, 6-7.*

Boutilier, M.; SanGiovanni, L. Chapter 7. *In, Boutilier, M. and SanGiovanni, L., The sporting woman. Champaign, Ill.: Human Kinetics, 1983, p. 183-218.* SIRLS

Bryant, J. Two-year selective investigation of the female in sport as reported in the paper media. *Arena review 4(2), 1980, 32-44.* SIRC/CDS, SIRLS

Campbell, P. Women in sports in children's books: wealthy, white and winning. CIBC *Bulletin 10 (4), 1980, 3-10.* SIRC/CDS

Halpert, F. You call this adorable? An open letter to the producer of NBC sports. *Ms, Oct 1988, 36-39.*

Hilliard, D.C. If you've come a long way, why do they still call you baby: magazine profiles of women profesional tennis players. *North American Society for the Sociological of Sport, Annual meeting, unpublished paper, 1983.* SIRLS

Hilliard, D.C. Media images of male and female professional athletes: an interpretive analysis of magazine articles. *Sociology of sport journal 1(3), 1984, 251-262.* SIRC/CDS, SIRLS

Hoffman, A. About face: towards a positive image of women in sport. Ottawa: OSWC, 1976. SIRC/CDS, SIRLS

Klein, M.L. Women in the discourse of sport reports. *International review for the sociology of sport 23 (2), 1988, 139-152.* SIRC/CDS, SIRLS

Lareau, S. Le sport et les femmes: une réflexion à peine amorcée. *Canadian woman studies/Les cahiers de la femme 4(3) 1983, 7-10.* CDS/SIRC, SIRLS

Lenskyj, H. Myth making spoils sports. *Broadside 6 (8), 1984a, 4.* SIRC/CDS

Lenskyj, H. Women in sport in the 70s and 80s: no, Virginia, we have not come a long way. *Canadian Association for American Studies Conference, unpublished paper, 1984b, 1-6.* SIRC/CDS

Lenskyj, H. Women in the Olympics: media myth-making. *CAAWS newsletter 3 (4), 1984c, 2-3.* SIRC/CDS

MacNeill, M. Active women, media representations, and ideology. *In, Harvey, J. and Cantelon, H. eds., Not just a game: essays in Canadian sport sociology. Ottawa: University of Ottawa Press, 1988, p. 195-211.* SIRC/CDS, SIRLS

MacNeill, M. Médias, femme active et idéologie. *Dans, Harvey, J. et Cantelon, H. eds., Sport et pouvoir: les enjeux sociaux du Canada. Ottawa: Les Presses de l'Université d'Ottawa, 1988, p. 199-217.* CDS/SIRC

McCann, P. Seductive spectacle. *Broadside 9 (7), 1988, 9.*

McCormack, T. The new female jocks. *Canadian woman studies 4(3), 1983, 55-58.* SIRC/CDS

McKay, J.; Rowe, D. Ideology, the media, and Australian sport. *Sociology of sport journal 4 (3), 1987, 258-273.* SIRC/CDS, SIRLS

The Miller Lite report on American attitudes toward sports. Milwaukee, Wis.: Miller Brewing Company, 1983. SIRC/CDS, SIRLS

Poe, A. Active women in ads. Equality in advertising. *Journal of communication 26(4), 1976, 185-192.* SIRC/CDS

Purdy, K. Fair coverage. *Branching out 5 (4), 1978, 6-9.* SIRC/CDS

Reid, L.N.; Soley, L.C. Sports Illustrated's coverage of women in sports. *Journalism quarterly 56(4), 1979, 861-863.* SIRLS

Rintala, J.; Birrell, S. Fair treatment for the active female: a content analysis of Young Athlete magazine. *Sociology of sport journal 1(3), 1984, 231-250.* SIRC/CDS, SIRLS

Sloan, L.; Kramer, A. Running on the spot: how it is today. *In, Sloan, L. and Kramer, A., Running: the women's handbook. London: Pandora Press, 1985, p. 36-45.*

Theberge, N.; Cronk, A. Work routines in newspaper sports departments and the coverage of women's sports. *Sociology of sport journal 3 (3), 1986, 195-203.* SIRC/CDS, SIRLS

Whannel, G. The television spectacular. *In, Tomlinson, A. and Whannel, G. eds., Five-ring circus. Money, power and politics at the Olympic Games. London: Pluto Press, 1984, p. 30-43.* SIRC/CDS, SIRLS

Other Resources / Ressources additionnelles

Association of Women in Sports Media (AWSM)
PO Box 355 Alameda, CA 94501, USA

Women in motion: guidelines for non-sexist language and visual materials/ Femmes en marche: un guide pour éviter le sexisme dans la langue écrite et parlée et dans les documents audio-visuels. Fitness and Amateur Sport/Condition physique et Sport amateur. (Laminated, available free of charge.)

Le sport dans les écoles, les universités et les localités au Canada

L'association du sport de compétition avec les hommes et des activités de loisirs avec les femmes est une tradition bien ancrée dans la majorité des écoles, des universités et des localités au Canada. Les garçons et les hommes ont la possibilité de participer à une vaste gamme de sports de compétition d'équipe, alors que les programmes pour les filles et les femmes mettent encore beaucoup l'accent sur des activités de conditionnement physique et de loisirs et offrent globalement un éventail beaucoup moins étendu d'options en matière de sports. Il ne s'agit pas de prêter une hiérarchie à la valeur de ces activités, mais plutôt de faire ressortir que les deux sexes, et surtout les femmes, n'ont pas accès à tous les sports. Bien qu'il soit évidemment valable sur le plan stratégique d'offrir des séances de danse-exercice comme premier pas dans la promotion de la bonne forme physique et de la confiance en soi, il est malheureux que bon nombre d'écoles et de centres communautaires ne misent pas sur les aptitudes et les intérêts en évolution des filles et des femmes en leur présentant des activités plus diversifiées et plus stimulantes et en maximisant les occasions de participer à la fois à des programmes intégrés et pour les sexes individuels (voir Initiation sociale des filles et des femmes au sport, p. 42).

Les écoles

On a déjà documenté, selon le conseil scolaire et la région donnée au Canada, les tendances qui se dessinent au niveau des programmes de sport et d'éducation physique dans les écoles et de la participation des jeunes, mais il reste encore beaucoup de recherches à faire dans ce domaine. Deux enquêtes qui peuvent servir de modèles aux recherches futures ont récemment été menées par les conseils scolaires d'Ottawa et de Scarborough (Quirouette et coll., 1983; Baker et coll., 1981). L'étude d'Ottawa a porté sur les programmes, la participation et l'entraînement, alors que celle de Scarborough, comme la recherche effectuée précédemment par MacIntosh en Ontario, s'est penchée sur la sélection des sujets et les attitudes des élèves (MacIntosh, 1978, 1981-82).

En grande partie, la recherche à ce jour a révélé qu'une proportion plus élevée d'adolescentes que d'adolescents choisissaient de ne pas participer au sport ou à des cours d'éducation physique, et que les filles de ce groupe d'âge attachaient plus d'importance aux aspects de la bonne forme physique, de la santé et de la surveillance du poids que comporte l'éducation physique, qu'au plaisir et à la compétition des sports d'équipe. Il faut noter que les stratégies visant à encourager les non-participantes diffèrent sous de nombreux plans de celles recommandées pour parvenir à l'égalité des possibilités dans le sport de compétition.

L'acquisition des aptitudes de base et d'un niveau de condition physique satisfaisant, dans des cours d'éducation physique distincts pour filles, peut constituer un premier pas nécessaire pour bon nombre d'adolescentes. Il ne fait aucun doute cependant que les filles qui sont douées et en forme aiment s'adonner à des sports d'équipe et individuels compétitifs tout au long de leurs études et méritent de profiter des mêmes occasions de le faire que leurs homologues masculins, ou du moins de possibilités comparables, que ce soit dans le cas de programmes intégrés ou destinés à un seul sexe.

Dans la compétition intra-muros et interscolaire au niveau primaire, l'étude d'Ottawa a révélé que la participation des garçons dépassait celle des filles dans la majorité des écoles et presque tous les sports bien que tous les programmes, à l'exception de l'athlétisme, étaient mixtes. Des cours d'éducation physique mixtes étaient offerts dans environ 30 p. 100 des écoles secondaires d'Ottawa; lorsque des cours séparés étaient donnés, il s'agissait d'activités qu'on associe traditionnellement à un sexe, par exemple la danse et le football. À partir de la 9e année, alors que l'éducation physique devient facultative, plus de filles que de garçons décidaient de ne pas participer, selon l'étude d'Ottawa. La recherche de MacIntosh ainsi que des études menées à Edmonton et à Halifax en sont arrivées à la même conclusion. (MacIntosh, 1981-1982; Butcher, 1982, 1983).

L'écart entre les sexes dans les taux de participation aux sports interscolaires en Ontario peut s'expliquer en grande partie par ce qu'on a appelé les programmes distincts mais comparables, fondés sur la séparation traditionnelle des sexes. En 1981-1982, les sports d'équipe du football, du rugby et du hockey regroupaient 25 p. 100 des participants masculins; le basketball, le volleyball et le soccer ont porté ce pourcentage à 60 p. 100, ce qui représente environ 70 000 garçons. Les filles ont été écartées du football, du rugby et du hockey; le basketball, le volleyball et le soccer se partageaient 47 p. 100 des participantes et le hockey sur gazon, un sport réservé aux filles, encore 3,5 p. 100 pour un total d'environ 38 000 filles (Lenskyj, 1984).

L'étude de 1985 sur le programme d'éducation physique et de santé aux niveaux élémentaire et secondaire est une source utile d'information qui énumère les principes d'organisation et de conception, les méthodes, la documentation et le contenu (Éducation physique et santé, 1985). Les mesures permanentes prises par l'ACSEPL et d'autres organismes à l'égard de programmes d'éducation physique quotidienne de qualité dans les écoles canadiennes a d'importantes implications sur l'augmentation des niveaux d'activités et l'acquisition de compétences chez les filles.

Association canadienne pour la santé, l'éducation physique et le loisir. Éducation physique quotidienne de qualité. Liste de références choisies. Ottawa: ACSEPL, 1988. CDS/SIRC

Canadian Association for Health, Physical Education and Recreation. Quality, daily physical education. Selected reference list. Ottawa: CAHPER, 1988. SIRC/CDS

Cockerill, S.; Hardy, C. The attitudes of fourth year girls towards the secondary school P.E. curriculum. *Bulletin of physical education 23 (1), 1987, 6-12.* SIRC/CDS, SIRLS

Evans, J. Some thoughts on the political and pedagogical implications of mixed sex grouping in the physical education curriculum. *British educational research journal 13 (1), 1987, 59-71.*

Feltz, D.L.; Weiss, M.R. The impact of girls' interscholastic sport participation on academic orientation. *Research quarterly 55(4), 1984, 332-339.* SIRC/CDS, SIRLS

Griffin, P.S. Girls' and boys' participation styles in middle school physical education team sport classes: a description and practical applications. *Physical educator 42 (1), 1985, 3-8.* SIRC/CDS, SIRLS

Harding, C.; Nelson, J. Educating for self-defense. Information and physical strategies can protect women and children against violent attack. *Journal of physical education, recreation & dance 56 (1), 1985, 112-114.* SIRC/CDS

Humberstone, B. Learning for a change: a study of gender and schooling in outdoor education. *In, Evans, J. ed., Physical education, sport and schooling: studies in the sociology of physical education. London: Falmer Press, 1986, p. 195-213.* SIRC/CDS, SIRLS

Lenskyj, H. Fair play: sex equality in school sports. *Orbit 18 (4), 1987, 22-23.*

Marsh, H.W.; Peart, N.D. Competitive and cooperative physical fitness training programs for girls: effects on physical fitness and multidimensional self-concepts. *Journal of sport & exercise psychology 10 (4), 1988, 390-407.* SIRC/CDS, SIRLS

McGinn, A. Physical education - do it daily (school physical activity program-SPAP of CAHPER): quality physical education, grades K-12 in Canadian schools. *International journal of physical education 23 (3), 1986, 26;31-35.* SIRC/CDS

Physical and health education: a survey of provincial curricula at the elementary and secondary levels. **Éducation physique et santé:** revue des programmes d'études provinciaux aux niveaux primaire et secondaire. Toronto: Council of Ministers of Education/Conseil des ministres de l'Éducation, 1985.

Sabock, R.J.; Seygal, L. Athletic programs: female students discuss values of high school athletic participation. *Interscholastic athletic administration 12 (3), 1986, 13-15.* SIRC/CDS

Scraton, S.J. Gender and girls' physical education. *British journal of physical education 17 (4), 1986, 145-147.* SIRC/CDS, SIRLS

Universités et collèges

Une étude quinquennale (1978-1983) portant sur les possibilités relatives offertes aux femmes au sein de l'union sportive interuniversitaire canadienne (USIC) a révélé que la participation féminine avait augmenté de 26 p. 100 durant cette période, par rapport à une hausse de 15 p. 100 chez les hommes; cependant, la répartition finale entre les sexes est allée en faveur des hommes, soit 70 p. 100 par rapport à 30 p. 100. Pour ce qui est des sports en particulier, le hockey masculin a recruté 106 nouveaux athlètes au cours des cinq années tandis que la natation et le plongeon chez les hommes en ont attiré 131; le hockey féminin sur gazon a perdu 65 joueuses alors que le volleyball féminin en comptait 21 de plus, le seul sport pour les femmes à connaître une expansion. Tout comme pour le niveau secondaire, les sports d'équipe essentiellement ou exclusivement pour hommes, par exemple le hockey, le football et le

soccer, comportaient un plus grand nombre de participants et d'épreuves et des listes de joueurs plus longues que la majorité des sports féminins. Par exemple, en 1983, un seul sport de l'USIC, le volleyball, comptait plus de joueuses que de joueurs, mais le nombre de joueurs de football dépassait le nombre de joueuses de volleyball et de basketball réunies (Inglis et col., 1983; Vickers et col., 1982).

Les genres de possibilités offertes dans le sport universitaire se reflètent dans les taux de déclaration, c'est-à-dire le pourcentage de programmes réellement inscrits par rapport au nombre de programmes possibles de l'USIC. La plus grande différence entre les sexes et le plus faible taux pour les femmes ont été signalés dans la conférence de Québec, avec 37 p. 100 pour les femmes et 44 p. 100 pour les hommes, par rapport aux taux nationaux de 61 p. 100 et 63 p. 100 respectivement. De plus, au niveau collégial au Québec, les chiffres fournis par les associations sportives dans les CÉGEP (1981-1982) démontrent que même si les étudiantes y étaient majoritaires, elles ne constituaient que 30 p. 10037 des participants. Il n'y avait aucune équipe féminine dans les disciplines du hockey sur glace ou du football et il y avait plus d'équipes d'hommes que de femmes dans les disciplines du soccer, du basketball et du handball. Cependant au volleyball, on recensait 22 équipes féminines et 18 équipes masculines alors qu'au touch football et au rugby, les hommes et les femmes comptaient chacun trois équipes (Larivière et Montpetit, 1983).

Les débats de la Conférence nationale au leadership pour les femmes dans le sport universitaire de l'USIC font état des comptes rendus de neuf femmes et hommes travaillant dans l'administration sportive, dont la majorité a adopté une perspective féministe particulière. Parmi les obstacles à la pleine participation des femmes aux sports universitaires que les intervenantes ont mentionnés, citons : les inégalités de financement, un contenu de cours fondé sur des préjugés sexistes; un environnement d'apprentissage hostile et le harcèlement sexuel.

Il existe un certain nombre de stratégies possibles à adopter pour changer cette situation : une identification claire des problèmes, des objectifs et des priorités; un réseau de soutien interne ainsi que des liens avec d'autres organisations féministes; des mesures d'action positive pour former des entraîneurs femmes et des administratrices; exercer des pressions à l'aide de groupes extérieurs au département d'éducation physique, comme les associations d'étudiantes, les groupes ou les associations de professeures féministes.

Baumann, S.; Henschen, K. A cross-validation study of selected performance measures in predicting academic success among collegiate athletes. *Sociology of sport journal 3 (4), 1986, 366-371.* SIRC/CDS, SIRLS

Brault, L.; Laberge, S. Les filles face à l'activité physique au niveau collégial. *Communication non-publiée, 1985, 1-19.* CDS/SIRC

Dagg, A.; Thompson, P. Mis-Education: women and Canadian universities. Toronto: OISE Press, 1988.

Fitness and Amateur Sport Women's Program. Proceedings of the National Leadership Conference for Women in University Sport. Montreal: Concordia University, 1987.

Flynn, A. Dualism and dance. *In, Thomm, W. ed., The effects of feminist approaches on research methodologies. Waterloo: Wilfrid Laurier University Press, 1989, 170-181.*

Macintosh, D. Guest commentary: female participation in Ontario inter-university sport programs. Commentaire spécial: l'égalité pour les femmes dans le sport interuniversitaire. *CAHPER journal/journal de l'ACSEPL 55 (2), 1989, 7-11.* SIRC/CDS, SIRLS

Martens, F.L. Academic achievement of intercollegiate athletes: in physical education at the University of Victoria. *CAHPER journal 51 (7), 1985, 14-22.* SIRC/CDS

McIntosh, P. Universities and sport. *International Council of Sport Science and Physical Education review 8, 1985, 75-79.* SIRC/CDS

Meacci, W. G.; Price, E. E. Women's attitudes and motivations toward participation in intramural activities within the Pennsylvania State University Commonwealth Campus system. *N.I.R.S.A. journal 11 (1), Fall 1986, 19-22.* SIRC/CDS, SIRLS

Pomfret, M. Toward equivalence of opportunity. *In, Taylor, A.W. ed., The role of interuniversity athletics: a Canadian perspective. London, Ont., University of Western Ontario, 1986, p. 83-88.* SIRC/CDS, SIRLS

Stinson, D. L'influence de facteurs de socialisation passés et actuels sur les participantes et non-participantes aux programmes intra-muros des collèges. Association canadienne de loisirs intra-muros, 1984. CDS/SIRC

Stinson, D. The influence of past and present socialization factors on female participants and non-participants in college intramural programs. Canadian Intramural Recreation Association, 1984. SIRC/CDS

Vickers, J.N.; Gosling, B.J. The changing participation of men and women in the Canadian Interuniversity Athletic Union 1978-1982. Ottawa: Women's Representative Committee, CIAU, 1984. SIRC/CDS

Les loisirs communautaires

Une étude sur les programmes offerts à Toronto, East York, Scarborough, Hamilton et Vancouver, au cours de la période de 1981-1984, a révélé que les services locaux des parcs et des loisirs ne se montraient pas particulièrement attentifs aux besoins et intérêts divers des filles et des femmes : on a tendance à leur offrir une multitude de cours de conditionnement physique et de danse-exercice, souvent au détriment des sports et plus particulièrement des disciplines d'équipe. Le fait que certains centres de loisirs (p. ex. à East York, en banlieue de Toronto) continuent d'offrir aux filles un programme de majorettes (et que l'activité de «meneuse de claques» était une des activités interscolaires pour les filles en Ontario aussi récemment qu'en 1982) témoigne de l'enracinement de la division traditionnelle des sexes dans les programmes de sports et de loisirs.

Le Groupe de travail du maire de Toronto sur la condition féminine, dans son étude menée en 1976, a été surpris par la proportion élevée de programmes réservés aux arts et à l'artisanat à l'intention des filles et par le fait que les «loisirs sportifs» pour filles comprenaient des activités telles que l'art culinaire, le chant en choeur, l'art dramatique, les groupes de «meneuses de claques» et de majorettes. Il a recommandé de supprimer ces programmes et d'offrir aux filles et aux femmes davantage de possibilités de pratiquer des sports d'équipe, en particulier le basket-ball. Certaines des recommandations ont été rapidement adoptées, mais l'art dramatique et l'art culinaire (mixtes) figurent toujours aux programmes «de loisirs physiques» (Mayor's Task Force, 1976; Lenskyj, 1984a).

La situation du sport communautaire pour les filles jusqu'à l'âge d'environ 12 ans est plus prometteuse : des programmes mixtes de sport d'équipe au sein de ligues internes sont offerts dans certaines localités, surtout dans les régions rurales où le faible nombre d'habitants rend l'établissement d'équipes et de ligues distinctes pour chacun des sexes peu pratique (Les sports intégrés 1981; Lenskyj, 1984a). Dans le cas particulier du hockey, les lignes directrices actuelles du Conseil féminin de l'Association canadienne de hockey amateur recommandent précisément l'intégration des filles dans les localités où il n'existe aucune possibilité équivalente pour elles.

En réponse aux pressions exercées par les femmes, le Wen-do (autodéfense pour les femmes) est maintenant offert gratuitement par certains conseils scolaires et services des parcs et des loisirs municipaux. Les groupes de femmes pourraient trouver utile de citer le précédent établi par le Service des parcs et loisirs de Toronto qui offre maintenant des cours gratuits de Wen-do (voir Les sports et loisirs exclusivement féminins, p. 73). De nombreux éducateurs physiques et de la santé progressistes reconnaissent également la nécessité d'inclure des cours d'autodéfense pour les filles, même au niveau primaire (Harding et Nelson, 1985), puisqu'il est de plus en plus évident que les écoles deviennent des lieux où la violence masculine s'exerce contre les étudiantes (Matthews et Stermac, 1989; Lewis, 1987).

Analyse de la situation de la femme à travers les statistiques actuelles sur le loisir. Service de la planification, HCJLS, 1979.

Bale, J. Women's football in England and Wales: a social-geographic perspective. *Physical education review 3(2), 1980, 137-145.* SIRC/CDS, SIRLS

Biddle, S.J.H.; Bailey, C.I.A. Motives for participation and attitudes toward physical activity of adult participants in fitness programs. *Perceptual and motor skills 61 (3), 1985, 831-834.* SIRC/CDS

Calzonetti, K. Disabled women and physical activity. La femme handicapée et l'activité physique. *Starting line/Point de départ 6 (1), 1987, 16-20.*

Canada Fitness Survey. Enquête condition physique Canada. Canadian youth and physical activity. L'activité physique et les jeunes au Canada. Ottawa: Fitness and Amateur Sport / Condition physique et sport amateur, 1983. SIRC/CDS, SIRLS

Canada. Fitness and Amateur Sport, Women's Program. Canada Fitness Survey. Condition physique et Sport amateur, Programme pour les femmes. Enquête condition physique Canada. Changing times: women and physical activity. En évolution: la femme et l'activité physique. Ottawa: Canada Fitness Survey / Enquête condition physique Canada, 1984. SIRC/CDS, SIRLS

Canadian Association for the Advancement of Women and Sport. Facilities study, Hamilton, CAAWS, 1983.

Canadian Association for the Advancement of Women and Sport. Facilities study, Vancouver, CAAWS 1983.

Casey, D.G. Use of sport centres and swimming pools by women. *Scottish journal of physical education* 9(2), May 1981, 30-36. SIRC/CDS, SIRLS

Chapman, O.; Artkin, P. Sex integrated sports for school age children in Ontario. Toronto: Ministry of Tourism and Recreation, Recreation Branch, 1983. SIRC/CDS

Crossman, J. Organized and unorganized sport participation by high school girls in Northwestern Ontario: a case study. *CAHPER journal 54 (5), 1988, 11-15.* SIRC/CDS, SIRLS

Crossman, J.; Walker, D. Women's sport participation in northwestern Ontario 1986. Toronto: Ministry of Tourism and Recreation, 1986. SIRC/CDS

Engstroem, L.M. The process of socialization into keep-fit activities. *Scandinavian journal of sports sciences 8 (3), 1986, 89-97.* SIRC/CDS

Fecteau, M.; Soulière, D. Un projet alternatif: Femme-Action. *Desport 32, automne 1983, 26-27.*

Gentry, J.W.; Doering, M. Sex role orientation and leisure. *Journal of leisure research 11(2), 1979, 102-111.* SIRC/CDS, SIRLS

Guay, D. La danse aérobie...en faites-vous? *Canadian woman studies/Les cahiers de la femme 4(3), 1983, 72-74.* CDS/SIRC

Harding, C.; Nelson, J. Educating for self-defense. *Journal of physical education, recreation & dance 56 (1), 1985, 112-114.* SIRC/CDS

Hoffman, A. About face: towards a positive image of women in sport. Ottawa: OSWC, 1976. SIRC/CDS, SIRLS

Humberstone, B.J. Challenging gender stereotyping through adventure education. *In, Trends and developments in physical education: proceedings of the VIII Commonwealth and International Conference on Sport, Physical Education, Dance, Recreation and Health. London: E. & F.N. Spon, 1986, p. 438-445.* SIRC/CDS, SIRLS

Hunter, D. Growth of adult sport leagues. Participation accrue des adultes aux sports d'équipe. *Recreation Canada 1, Feb 1982, 14-19.* SIRC/CDS

Kenen, R.H. The women's exercise class comes of age: physical fitness as a social enterprise. *Arena review 10 (1), 1986, 14-27.* SIRC/CDS, SIRLS

Laberge, S. L'activité physique chez les femmes: des conditions d'existence qui font la différence. *Canadian woman studies/Les cahiers de la femme 4(3), 1983, 31-34.* CDS/SIRC, SIRLS

Laberge, S. Physical activity of non-athletic women: social determinants and cultural pattern. *North American Society for the Sociology of Sport Conference, unpublished paper, 1982.*

Lenskyj, H. Female participation in sport: the issue of integration versus separate-but-equal. CAAWS 1984a. SIRC/CDS

Lenskyj, H. Girls caught offside. *Broadside 6, Nov 1984b, 6.* SIRC/CDS

Lenskyj, H. No sporting chance. *Broadside 5 Feb 1984c, 5.* SIRC/CDS

Lewis, D. Dating violence. Vancouver: Battered Women's Support Services, 1987.

Main, S. Fifty-five and better. Être en forme à cinquante-cinq ans. *Starting line/Point de départ 6 (2), 1987, 13-15.*

Matthews, F.; Stermac, L. Adolescent sex offenders: a tracking study. Toronto: Central Toronto Youth Services, 1989.

Mayor's Task Force on the Status of Women. Report of the Recreation Committee. Toronto; 1976.

Sopinka, J. et al. Can I play? Report of the Task Force on Equal Opportunity in Athletics. Vols. 1 & 2. Toronto: Task Force on Equal Opportunity in Athletics, 1983, 1984. SIRC/CDS

Strachan, D. Fitness and sexuality. *Fitness leadership 2(1), 1983, 1-4.* SIRC/CDS

Tétreault, P. La participation accrue des femmes à certaines activités physiques: une réponse à la nouvelle image corporelle de la femme. *Herizons 3, May 1985, 26-28.* CDS/SIRC

Thomas, J. Why doesn't Mum go out to play? *Physical education review 8 (1), 1985, 7-13.* SIRC/CDS, SIRLS

Les sports et loisirs exclusivement féminins

Au cours des dernières années, on a vu une expansion marquée de clubs, ligues et programmes sportifs organisés par les femmes pour les femmes; nous les appellerons des activités *exclusivement féminines* afin de les distinguer des programmes pour les femmes administrés par les services des parcs et loisirs, et qui ont été décrits ailleurs comme programmes *communautaires.* Les activités organisées par les femmes dans des centres tels que Toronto et Vancouver comprennent des sports d'équipe, des activités de plein air, des cours d'autodéfense et des cours de conditionnement physique à l'intention de femmes obèses (voir Activité physique et régulation du poids, p. 118). Les participantes sont de tous les niveaux de forme physique et de toutes les catégories d'âges; la majorité des programmes permettent une participation en fonction des besoins et des aptitudes de chacune.

L'organisation de bon nombre des programmes exclusivement féminins est fondée sur une philosophie qui diffère du modèle hiérarchisé et compétitif qui caractérise la plupart des activités sportives et physiques définies par les hommes. Les principes mis de l'avant par Mitten (1985) en ce qui a trait à la direction des programmes d'activités de plein air à l'intention des femmes rappellent ceux qui s'appliquent à beaucoup d'autres contextes exclusivement féminins, pour le sport intérieur aussi bien que pour le sport extérieur. Voici certaines des composantes clés : procurer aux participantes un sentiment de sécurité; éviter les situations qui engendrent des rapports inégaux et peuvent saboter le but de la collaboration; offrir des choix aux participantes éventuelles; éviter une approche fondée sur la notion de succès ou d'échec; préconiser le partage des prises de décision et la mise en commun.

Les sports d'équipe exclusivement féminins sont organisés selon divers modèles allant de la compétition à la collaboration; certaines ligues mettent à l'essai diverses modifications aux règles courantes du jeu afin de le rendre plus agréable et gratifiant pour toutes les joueuses (Phibbs, 1985). L'organisation exclusivement féminine de ces ligues est en elle-même inhabituelle par rapport aux ligues féminines communautaires qui ont, pour la plupart, des organisateurs, des entraîneurs et des officiels masculins.

Les nouvelles ligues exclusivement féminines font face à un problème commun : les installations. De nombreux services de parcs répartissent l'usage des terrains et des patinoires selon l'ancienneté, accordant aux utilisateurs de l'année précédente la priorité sur les nouveaux venus. Les deux études portant sur les installations de Vancouver et de Hamilton et effectuées par l'ACAFS (1983) ont révélé que les filles et les femmes jouissaient de moins de temps de jeu, obtenaient moins de périodes aux heures de pointe et se voyaient attribuer des terrains de moins bonne qualité. Des études comme celles-ci offrent un modèle utile aux groupes qui désirent mener leurs propres recherches dans les lignes de conduite des services locaux des parcs; ils peuvent en utiliser judicieusement les résultats dans leurs efforts en vue d'établir de nouvelles politiques qui ne seraient pas discriminatoires envers les femmes (voir Les mécanismes d'intervention, p. 26).

Bien que les programmes de plein air exclusivement féminins soient mieux organisés aux États-Unis, certains centres canadiens en offrent; on peut y faire du canoë, du camping, des randonnées pédestres, de l'escalade, etc. L'existence même de tels programmes met en question la notion traditionnelle voulant que les femmes ont besoin de la direction, de la force et de la protection des hommes pour pratiquer ce genre d'activités. Selon un sondage mené en 1983 auprès d'Américaines qui avaient participé à ces programmes, la principale motivation pour le choix d'activités de plein air exclusivement féminines était «l'absence de rôles imposés selon le sexe»; dans ce milieu, les femmes avaient l'impression de bénéficier de temps de pratique égal et de recevoir des animatrices la même attention et rétroaction (Miranda et Yerkes, 1983; Yerkes et Miranda, 1985).

Des femmes s'adonnant à l'escalade qui ont fait l'objet d'une enquête en 1982 ont formulé des raisonnements semblables, citant leur camaraderie, un meilleur sentiment d'égalité et une confiance en soi supérieurs lorsqu'elles pratiquaient leur sport avec d'autres femmes. L'auteur a conclu que l'expérience dans les groupes exclusivement féminins sert de préparation nécessaire à la participation égalitaire des femmes avec leurs homologues masculins; par ailleurs dans les groupes mixtes, les hommes et les femmes ont tendance à suivre les modèles traditionnels de direction et de dépendance fondés sur le sexe plutôt que l'aptitude (Andrews, 1984).

Dans les programmes américains de plein air examinés, allant des randonnées pédestres d'une journée au parcours Outward Bound, l'enquête a révélé que certains groupes de femmes étaient sous-représentés ou même absents : les ménagères, les femmes de la classe ouvrière et les femmes de couleur. Il semble vraisemblable que les mêmes tendances existent dans le contexte canadien, bien qu'il y ait peu de recherches empiriques dans ce domaine.

Au cours de la dernière décennie du mouvement féministe, les femmes se sont montrées de plus en plus avides d'apprendre à se défendre contre les agressions sexuelles. En plus des arts martiaux orientaux, souvent enseignés dans des milieux autoritaires et dominés par les hommes, plusieurs méthodes et cours d'autodéfense ont été conçus spécialement pour les femmes, le plus populaire étant le Wen-do, un art qu'ont appris plus de 14 000 Canadiennes depuis 1979. Beaucoup de cours d'autodéfense uniquement féminins ont un caractère féministe : les instructrices insistent sur les points forts et les ressources auxquelles peuvent avoir recours les femmes, tout en reconnaissant comment la socialisation peut les empêcher de se défendre verbalement ou physiquement. Les cours sont souvent axés sur les besoins de groupes spéciaux, par exemple les lesbiennes, les femmes souffrant d'un handicap, les femmes âgées ou obèses (Pearson, 1979; Mulroney et Lutter, 1979).

De récentes mesures axées sur les femmes ont été prises : un cours d'éducation à l'extérieur pour les victimes d'exploitation sexuelle, organisé en collaboration avec Outward Bound (Wartik, 1986); des classes d'exercice pour les détenues dans les prisons pour femmes (Kort, 1987); et une classe féministe appelée Éducation physique sans peur, une classe de discussion et de mouvements qui explore les questions de l'image que les femmes ont d'elles-mêmes et enseigne l'aptitude aux mouvements et à la sécurité (Bennett et col. 1987; Lyons, 1988).

Birrell et Richter (1987), Zipter (1988) ont étudié les possibilités de transformation féministe du sport au moyen de ligues de softball lesbiennes ou exclusivement féminines. Elles ont montré comment les femmes ont appliqué les objectifs féministes de collaboration, et de plaisir par le sport. Ces ligues ont tenté, avec beaucoup de succès, de transcender les divisions entre l'aptitude physique, la situation socio-économique, la race et l'orientation sexuelle qui divisent généralement les femmes.

Les femmes étudient également les relations qui existent entre le féminisme et les arts martiaux ainsi que le pouvoir potentiel qu'ils peuvent donner aux femmes lorsqu'ils sont enseignés dans des conditions de soutien et un cadre exclusivement féminin (Harbert, 1986; Women in the martial arts, 1987; avMaat, 1988). Un journal féministe récemment créé, *Woman of Power*, constitue une bonne source d'articles sur ce sujet.

Agger, E. Out of the kitchen and into the streets. *Canadian women's studies 2 (2), 1980, 90-91.* SIRC/CDS

Andrews, R. No spare rib: the advent of hard women rock climbers. *Mountain 97, May/June 1984, 22-29.* SIRC/CDS

avMaat, S. Aikido helps woman find her strength. *Pandora, Sept 1988, 12.*

Bandarage, A. All life is yoga. *Woman of power 4, Fall 1986, 59;83.*

Beauchamp, M. Women and modern dance: breaking with tradition. *Herizons 4 (5), 1986, 30-31.*

Beck, B.A. Future of women's sport: issues, insights, and struggles. *In Sabo, D.F. and Runfola, R. eds., Jock: sports and male identity. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall, 1980, p. 299-314.* SIRC/CDS, SIRLS

Bennett, R.S. et al. Changing the rules of the game - reflections toward a feminist analysis of sport. *Women's studies international forum 10 (4), 1987, 369-379.* SIRC/CDS, SIRLS

Bernholtz, S.; Pomeranz-Redinger, J. A legal defence of self-defence: future guidelines to fighting back. *Canadian woman studies 6 (2), 1985, 63-65.*

Bertrand, L. La violence faite à la femme lesbienne. *Canadian woman studies/Les cahiers de la femme 4 (4), 1983, 87-89.*

Birrell, S.; Richter, D.M. Is a diamond forever - feminist transformations of sport. *Women's studies international forum 10 (4), 1987, 395-409.* SIRC/CDS, SIRLS

Canadian Association for the Advancement of Women and Sport. Facilities study. Hamilton, CAAWS, 1983.

Canadian Association for the Advancement of Women and Sport. Facilities study. Vancouver, CAAWS 1983.

Carrière, P. L'esprit du karate. *Canadian woman studies/Les cahiers de la femme* 4(3), 1983, 60-61. CDS/SIRC

Cloutier, M.J. Le combat des judokas féminines au Québec. *Canadian woman studies/Les cahiers de la femme* 4(3), 1983, 77-78. CDS/SIRC

Culpepper, E. Martial arts meditations. *In, Spretnek, C. ed., The politics of women's spirituality. New York: Anchor, 1982.*

Delacoste, F.; Newman, F. Chapter 4. *In, Delacoste, F. and Newman, F., Fight back: feminist resistance to male violence. Minneapolis, Minn.: Cleis Press, 1981, p. 183-201.*

DeRieux, R. The weight room: building stronger friendships. *Ms, Oct 1985, 72-74.*

Galland, C. Women in the wilderness. New York: Harper Colophon Books, 1980.

Guenette, L. Women in the wilderness: discovering ourselves. *Breaking the silence 7 (1), 1988, 10-13.*

Harber, B. Women and the martial arts. *Woman of power 3, Winter/Spring 1986, 72-75.*

Harding, C.; Nelson, J. Educating for self-defense. *Journal of physical education, recreation & dance 56 (1), 1985, 112-114.* SIRC/CDS

Jones, J. Women in motion. *In, Boston Women's Health Book Collective, The new our bodies, ourselves. New York: Simon & Schuster, 1984, p. 41-53.*

Kidd, D. Dyke dynamos: women in sports. *Pink ink, Aug 1983, 14-15.* SIRC/CDS

Kort, M. A tough assignment — working out inside. *Ms, Oct 1987, 32.*

Lee, M. Fit at any size: the 'Greater Woman' offers tough workouts in a supportive setting. *Ms, May 1986, 76.*

Lichtenstein, G. Competition in women's athletics. *In, Miner, V. and Longino, H. eds., Competition: a feminist taboo? New York: Feminist Press, 1987, p. 48-56.*

Lyons, P. P.E. for the fearful. *Radiance, Spring 1988, 27.*

McKay, L. Pink Turf soccer league. *CAAWS newsletter 5 (3), 1987, 24.*

McLennan, N. Feminist voyageurs. *Herizons 3, May 1985, 24-25.* SIRC/CDS

Miranda, W.; Yerkes, R. Need for research in outdoor education programs for women. *Journal of physical education, recreation & dance 53(4), 1982, 82-85.* SIRC/CDS

Miranda, W.; Yerkes, R. Women's outdoor adventure programming: survey reveals an emerging outdoor adventure audience interested in freedom from gender-imposed roles. *Camping magazine 55(7), 1983, 19-22.* SIRC/CDS

Mitten, D. Women and leadership: a philosophical basis for women's programs. *Woodswomen news, Spring/Summer, 13.* SIRC/CDS

Mulroney, M.L.; Lutter, C. Women and self-defence: an interview with Sue Cockerton. *Canadian women's studies (4), 1979, 52-54.* SIRC/CDS

Ohlig, A. Yoga: a feminist approach. *ISIS women's world 8, Dec 1985, 14-15.*

Park, R.J. Symbol, celebration, and the reduction of conflict: women's field hockey, a game in transition. *In, Blanchard, K. et al. ed., The many faces of play. Champaign, Ill.: Human Kinetics Publishers, 1986, p. 232-247.* SIRC/CDS, SIRLS

Pascale, S. Self-defense for women. *In, Morgan, R. ed., Sisterhood is powerful. New York: Vintage Books, 1970, p. 469-477.*

Pearson, L.C. Learning to be a survivor: the liberating art of Tae kwondo. *Canadian women's studies 1 (4), 1979, 49-50.* SIRC/CDS

Phibbs, C. Political sweat. *Broadside 6 (9), 1985, 5.* SIRC/CDS

Pongrac, M.B.; Steele, D. Reclaiming ourselves through physical activity. *Action: the newsmagazine of women in sport and physical activity 7 (2), 1989, 24-25.*

Prendergast, S. Stoolball - the pursuit of vertigo? *Women's studies international quarterly 1, 1978, 15-26.* SIRC/CDS

Rainville, M.A. Le loisir est-il encore un luxe pour la majorité des femmes? *Loisirs presse 24, 7 mars 1983, 6-7.* CDS/SIRC

Ring, J. Perfection on the wing. *In, Miner, V. and Longino, H. eds., Competition: a feminist taboo? New York: Feminist Press, 1987, p. 57-69.*

Rochlin, M. Roughing it: hiking, climbing, rafting, camping: for women only. *Women's sports 5(5), 1983, 26-31.* SIRC/CDS

Rogers, C.C. Fitness may be a woman's best defense. *Physician and sportsmedicine 12(10), 1984, 146-154;156.* SIRC/CDS

Samler, J.; Ford, F. Can this sport be liberated? *Branching out 5 (4), 1978, 37-38.* SIRC/CDS

Shearer-Best, C. The yin and yang of tai chi. *Woman of power 4, Fall 1986, 58.*

Sloan, L.; Kramer, A. Women helping women. *In, Sloan, L. and Kramer, A., Running: the women's handbook. London: Pandora Press, 1985, p. 118-123.*

Strickland, S. Outward bound. *Nursing success today 3 (6), 1986, 14-20.*

Tanner, T. More women needed in sports. *Kinesis, Feb 1985, 2.* SIRC/CDS

Wartik, N. Learning to dare again. *Ms, Apr 1986, 20.*

Wheatley, E. Playing, partying and the process of culture creation: a subcultural examination of a women's rugby game. *Unpublished paper, 1986.* SIRLS

Women in the martial arts. *Off our backs 17, Apr 1987, 14-16.*

Yerkes, R.; Miranda, W. Women outdoors: who are they? *Parks & recreation 20(3), 1985, 48-51;95.* SIRC/CDS, SIRLS

Zipter, Y. Diamonds are a dyke's best friend. Ithaca: Firebrand, 1988.

Other Resources / Ressources additionnelles

Bulletin de l'ACAFS, 323, rue Chapel, Ottawa (Ontario) K1N 7Z2
CAAW&S Newsletter, 323 Chapel St., Ottawa, Ontario K1N 7Z2

Celebration '90: Newsletter of the Gay Games and Cultural Fesitval, Vancouver 1990
Metropolitan Vancouver Athletic and Arts Association
1170 Bute Street
Vancouver, B.C. V6E 1Z6

City Cyclist, City Cycling Committee, City Hall, Toronto

Spirit of the kata (video). National Film Board of Canada, 1985.

Women of Power: A magazine of feminism, spirituality and politics
PO Box 827
Cambridge, Mass. 02238, USA

Les femmes et les loisirs

Les loisirs pour les femmes ont souvent été négligés dans les études sur ce sujet. Des problèmes de définition ont été en partie responsables de leur exclusion : si on définissait le «travail» comme un emploi rémunéré, alors les «loisirs» comprenaient les activités menées en dehors des heures de travail. Ces divisions n'avaient aucun sens lorsqu'on les appliquait aux femmes qui travaillaient sans rémunération à la maison. En outre, on a avancé que la femme travaillant à l'extérieur et qui avait donc une double journée de travail, percevait ses activités ménagères, accomplies seule au foyer, comme du «travail», alors qu'elle voyait certains aspects de son occupation extérieure comme un «loisir» en raison des rapports sociaux qu'elle y trouvait en compensation. Ou bien, une femme au foyer avec des enfants d'âge préscolaire peut percevoir sa vie d'une manière positive parce qu'elle considère que travail et loisirs s'intègrent dans sa routine quotidienne. Les conclusions voulant que les femmes mariées ayant un emploi rémunéré font moins de travaux ménagers et disposent davantage de temps de loisirs que celles n'ayant pas d'emploi rémunéré, témoignent encore plus de la nature complexe du travail des femmes et des loisirs des femmes (Talbot, 1979; Deem, 1982; Gregory, 1982).

La classe sociale, la race et l'ethnie sont des facteurs qui influent sur la quantité et la qualité du temps libre dont disposent les femmes. Cependant, le principe des deux poids deux mesures au sein de la famille transpire dans la majorité des divisions sociales : les hommes considèrent qu'ils «méritent» leurs loisirs tant en vertu de leur travail à l'extérieur du foyer que de leur état de supériorité dans la société, alors que l'on considère que les femmes, du fait de leurs responsabilités familiales, se doivent de faire passer les besoins ludiques des autres avant les leurs, ce qui montre le genre de soins et de sacrifices de soi qu'on attend d'une femme qui est avant tout épouse et mère. Le fait que beaucoup des activités que l'on qualifie de loisirs pour les femmes, allant du tricot à la promenade dans le parc avec les enfants, sont à la fois productives et récréatives, illustre bien cette attente.

Puisque la garde des enfants revient en premier lieu aux femmes, le fait qu'elles doivent être disponibles jour et nuit limite considérablement le temps que l'on peut réellement qualifier de temps libre. Certains responsables de programmes de loisirs communautaires destinés aux mères ayant de jeunes enfants ont adopté la solution de la garderie collective où les femmes assument à tour de rôle la garde des petits. Cette

méthode comporte des avantages pratiques mais elle renforce l'idée que le soin des enfants incombe aux femmes; il serait difficile d'envisager une situation parallèle où les hommes garderaient à tour de rôle les enfants pendant que les autres joueraient au hockey. Si la garde rémunérée d'enfants, organisée par le centre de loisirs plutôt que par les femmes, n'est pas possible sur le plan financier, une autre possibilité serait de recruter des hommes bénévoles pour surveiller les enfants pendant que les femmes assistent aux cours ou aux activités.

Le rapport Deem (1982) a trouvé d'autres éléments d'oppression des femmes dans le domaine des loisirs : la sécurité économique des femmes dans un régime capitaliste de production; la socialisation du rôle des femmes dans les écoles où on offre un éventail limité d'activités sportives et récréatives; la présentation des femmes dans des rôles traditionnels par les médias; la politique sociale de l'État qui accorde la primauté au rôle d'épouse et de mère; le pouvoir des hommes sur la sexualité féminine à cause de l'exploitation et du harcèlement sexuels, du contrôle de la fonction reproductrice de la femme, et de contraintes sur la liberté de mouvement des femmes lorsqu'elles ne sont pas accompagnées par des hommes. La discussion qui précède a montré que ces attitudes et ces comportements sociaux ont des répercussions d'une grande portée sur la quantité et la nature des possibilités de sports et de loisirs offertes aux filles et aux femmes. Sur une note plus positive, on a vu que le sport exclusivement féminin s'élève contre tous ces éléments d'oppression des femmes.

En 1988, une étude du Québec commanditée par le ministre du Loisir, de la Chasse et de la Pêche (Perron, 1988), a étudié les besoins et les attitudes des femmes du Québec à l'égard des loisirs. Une étude de plus de 3 000 femmes a montré que l'âge, la profession et les responsabilités familiales (en particulier le soin des enfants préscolaires) étaient les facteurs qui déterminaient essentiellement leur condition de loisir et que le manque de temps était la contrainte la plus souvent citée.

De plus en plus, les perspectives féministes sur les loisirs féminins se répandent dans les publications sur les sciences sociales. Comme Talbot (1986) l'a souligné, les féministes britanniques ont apporté une contribution importantes en avançant des points de vue féministes dans des études sur les loisirs et la culture. Plutôt que de perpétuer l'approche traditionnelle qui s'en prend à la victime et qui implique que ce sont les femmes, et non l'infrastructure sportive et récréative, qui ont besoin d'être changées, les universitaires féministes radicales examinent le contexte global de la vie des femmes et déterminent les contraintes que posent les responsabilités familiales, les heures de travail, les besoins économiques, la peur de la violence sexuelle, etc. (Stanley, 1980; Deem, 1986, 1987; Thomas, 1985; Chambers 1986; Wimbush, 1986).

Allison, M.T.; Duncan, M.C. Women, work, and leisure: the days of our lives. *Leisure sciences 9 (3), 1987, 143-162.* SIRC/CDS, SIRLS

Analyse de la situation de la femme à travers les statistiques actuelles sur le loisir. Service de la planification, HCJLS, 1979.

Bialeschki, M.D.; Henderson, K. Leisure in the common world of women. *Leisure studies 5 (3), 1986, 299-308.* SIRC/CDS, SIRLS

Bibliography from leisure, recreation and tourism abstracts: women and leisure. *World leisure & recreation 28 (4), 1986, 36-39.* SIRC/CDS

Brodeur, P. Condition féminine et loisir. *Desport 29, déc 1982, 16-18.*

Carpenter, G.; Sheklow, S. The leisure feminism link. *Leisure information quarterly 12 (3), 1985, 5-6.* SIRC/CDS, SIRLS

Chambers, D.A. The constraints of work and domestic schedules on women's leisure. *Leisure studies 5 (3), 1986, 309-325.* SIRC/CDS, SIRLS

Clark, S. Sex roles, time and leisure in the Canadian family. *American Sociological Association Annual meeting, unpublished paper, 1983, 1-23.* SIRLS

Coles, L. Women and leisure - a critical perspective. *In, Mercer, D. and Smith, E.H. eds., Recreation planning and social change in urban Australia. Malvern: Serrett Pub., 1980, p. 63-73.* SIRLS

Colley, A. Sex roles and explanations of leisure behaviour. *Leisure studies 3 (3), 1984, 335-341.* SIRC/CDS, SIRLS

Colley, L.A. Work occupation and leisure patterns of self-supporting women in pre-retirement years. Canadian Congress on Leisure Research, 2nd. Toronto, Ontario, April 1978. Unpublished paper. SIRLS

Deem, R. All work and no play? a study of women and leisure. Milton Keynes, England: Open University Press, 1986. SIRLS

Deem, R. Unleisured lives - sport in the context of womens leisure. *Women's studies international forum 10 (4), 1987, 423-432.* SIRC/CDS, SIRLS

Deem, R. Women, leisure and inequality. *Leisure studies 1 (1), 1982, 29-46.* SIRLS

Gentry, J.W.; Doering, M. Sex role orientation and leisure. *Journal of leisure research 11(2), 1979, 102-111.* SIRC/CDS, SIRLS

Govaerts, F. Indicateurs sociaux sur le loisir et la qualité de la vie: problématique de la condition des femmes et des personnes âgées. *World leisure & recreation 27 (2), 1985, 42-51.* CDS/SIRC, SIRLS

Gregory, S. Women among others: another view. *Leisure studies 1 (1), 1982, 47-52.* SIRLS

Griffin, C. et al. Women and leisure. *In, Hargreaves, J. ed., Sport, culture and ideology. London: Routledge & Kegan Paul, 1982, p. 88-116.* SIRC/CDS, SIRLS

Grossman, A.H. Women: a minority of leisure opportunities. (editorial) *Leisure information quarterly 11(1), 1984, 1;4-5.* SIRC/CDS, SIRLS

Gruber, K.J. Sex-typing of leisure activities - a current appraisal. *Psychological reports 46(1), 1980, 259-265.* SIRC/CDS, SIRLS

Henderson, K. Global feminism and leisure. *World leisure & recreation 28 (4), 1986, 20-24.* SIRC/CDS, SIRLS

Howell, F.M.; McKenzie, J.A. High school athletics and adult sport-leisure activity: gender variations across the life cycle. *Sociology of sport journal 4 (4), 1987, 329-346.* SIRC/CDS, SIRLS

Iso-Ahola, S.E.; Allen, J.R. Dynamics of leisure motivation: the effects of outcome on leisure needs. *Research quarterly 53(2), 1982, 141-149.* SIRC/CDS, SIRLS

Jones, D. Women and leisure: freedom from control. *World leisure & recreation 28 (4), 1986, 6-12.* SIRC/CDS, SIRLS

Kleiber, D.A.; Kane, M.J. Sex differences and the use of leisure as adaptive potentiation. *Loisir et société/Society and leisure 7(1), 1984, 165-173.* SIRC/CDS, SIRLS

Lenskyj, H. Measured time: women, sport and leisure. *Leisure studies 7 (3), 1988, 233-240.* SIRC/CDS, SIRLS

Marsland, D. It's my life: young people and leisure. *Leisure studies 1 (3), 1982, 305-322.* SIRLS

McPherson, B. The meaning and use of time across the life-cycle: the influence of work, family and leisure. *Canadian Association of Gerontology Annual meeting, unpublished paper, 1984, 1-49.* SIRLS

Noland, M.P.; Feldman, R.H.L. An empirical investigation of leisure exercise behavior in adult women. *Health education 16 (5), 1985, 29-34.* SIRC/CDS

Ouellette, P.; Vienneau, J.G. Les niveaux de motivation et de participation aux loisirs des ainé(e)s en fonction de certaines variables socio-démographiques. *Canadian congress on leisure research, unpublished paper, 1987.* SIRLS

Perron, T. Attitudes et besoins des Québécoises face au loisir. Québec: Ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche, 1988. CDS/SIRC

Pierce, R.C. Dimensions of leisure. III. Characteristics. *Journal of leisure research 12(3), 1980, 273-284.* SIRC/CDS, SIRLS

Preston, V.; Taylor, S.M. Family-life cycle, leisure activities, and residential area evaluation. *Canadian geographer 25(1), 1981, 46-59.* SIRLS

Ragheb, M.G. Interrelationships among leisure participation, leisure satisfaction and leisure attitudes. *Journal of leisure research 12(2), 1980, 138-149.* SIRC/CDS, SIRLS

Rainville, M.A. Le loisir est-il encore un luxe pour la majorité des femmes? *Loisirs presse 24, 7 mars 1983,* 6-7. CDS/SIRC

Roadburg, A. Is there leisure without work? *Journal of leisurability 9(1), 1982, 23-27.* SIRC/CDS, SIRLS

Shank, J. Self-nurturance through leisure: an issue in the counselling of dual career women. *Women and therapy 2, Spring 1983, 63-68.*

Shank, J.W. An exploration of leisure in the lives of dual career women. *Journal of leisure research 18 (4), 1986, 300-319.* SIRC/CDS, SIRLS

Shaw, S. Sex differences in leisure time. *Canadian Congress on Leisure Research, unpublished paper, 1984, 1-31.* SIRLS, SIRLS

Stanley, L. The problem of women and leisure - an ideological construct and a radical feminist alternative. *In, Leisure in the ' 80s. University of Salford, Centre for Leisure Studies, 1980, 73-116.* SIRLS

Stephens, T. et al. A descriptive epidemiology of leisure-time physical activity. *Public health reports 100 (2), 1985, 147-158.* SIRC/CDS, SIRLS

Talbot, M. Understanding the relationships between women and sport: the contribution of British feminist approaches in leisure and cultural studies. *International review for the sociology of sport 23 (1), 1988, 31-41.* SIRC/CDS, SIRLS

Talbot, M. Women and leisure. Sports Council and Social Science Research Council, 1986. SIRLS, SIRC/CDS

Talbot, M. Women and sport: an examination of the effect of a leisure institution on female participation. *World leisure & recreation 28 (4), 1986, 13-19.* SIRC/CDS, SIRLS

Talbot, M.J. Women and sport: a leisure studies perspective. *In, Borms, J., Hebbelinck, M., and Venerando, A. eds., Female athlete: a socio-psychological and kinanthropometric approach. Basel: S. Karger, 1981, p. 30-40.* SIRLS, SIRC/CDS

Thomas, J. Why doesn't Mum go out to play? *Physical education review 8 (1), 1985, 7-13.* SIRC/CDS, SIRLS

Tinsley, H. The psychological benefits of leisure activities for the elderly. Unpublished manual and report, 1982. SIRLS

Willis, M. Unemployment, leisure and the inner city characteristics of the young unemployed. *Leisure Studies Association newsletter Suppl 1, 1983, 4-5.* SIRLS

Wimbush, E. Women, leisure and well-being. Edinburgh: Center for Leisure Research, Dumfermline College of Physical Education, 1986. SIRC/CDS, SIRLS

Witt, P.A.; Goodale, T.L. Relationships between barriers to leisure enjoyment and family stages. *Leisure sciences 4(1), 1981, 29-49.* SIRC/CDS, SIRLS

Zuzanek, J. Prestige ranking of leisure activities: keeping up with the Jones. *In, Studies in the sociology of the arts. Budapest, 1978, p. 403-427.* SIRLS

Les carrières dans le sport

Une grande partie des publications traitant du problème de la faible participation des filles et des femmes en tant qu'athlètes, entraîneurs et administratrices porte essentiellement sur les compétences, les caractéristiques et les intérêts de chaque personne plutôt que sur les obstacles structurels à une plus grande participation des femmes. En d'autres termes, les auteurs de ces analyses se demandent «que manque-t-il aux femmes pour qu'elles ne grimpent pas l'échelle professionnelle?» plutôt que de se demander ce qui ne va pas avec l'échelle elle-même.

En utilisant le modèle organisationnel plutôt que le modèle individuel, MacIntosh et Whitson (1988) ont examiné les obstacles structurels auxquels les femmes canadiennes font face dans le leadership sportif. Ils ont souligné que de nombreux aspects du lieu de travail et des attentes à l'égard de l'emploi constituent des obstacles aux réalisations des femmes : le manque de garderies; les exigences de la fin de semaine et la surcharge de travail et le système sportif hiérarchique et bureaucratisé. Le harcèlement sexuel et l'homophobie constituent d'autres obstacles à l'avancement des femmes dans les carrières sportives. Les hommes et les femmes qui assument des responsabilités dans les sports bénéficieraient d'un climat plus humain, égalitaire et consensuel dans le milieu des sports.

Athlètes

Au Canada, une aide financière pour les athlètes de haute performance est assurée par un programme de Condition physique et Sport amateur, le Programme d'aide aux athlètes. Une étude portant sur les bénéficiaires masculins et féminins, de 1972 à 1979, a révélé que 52 p. 100 étaient des femmes (Hall et Richardson, 1982). Il existe encore bon nombre de sports qui n'offrent pas de compétitions nationales ou internationales pour les femmes : par exemple, le soccer, le hockey sur glace et le water-polo n'ont pas d'épreuves olympiques ni de championnats mondiaux pour les femmes, une lacune qui tend à limiter également les occasions de participation des athlètes à des niveaux inférieurs de compétition.

Beaucoup de sports de haute performance auxquels les femmes participent en nombre équivalent ou supérieur à celui des hommes, entre autres la gymnastique, le patinage artistique et la natation, sont également caractérisés par le jeune âge des athlètes de haute performance : les étudiantes prédominent dans maints sports d'équipe (Broom, 1980). Ces conditions soulèvent certaines inquiétudes d'ordre éthique quant au droit des jeunes athlètes qui peuvent subir, de leurs parents et d'entraîneurs autoritaires, un traitement qui n'est pas dans leur meilleur intérêt. Beaucoup d'athlètes plus âgés, hommes et femmes, ont aussi été injustement l'objet de mesures disciplinaires ou de suspension par des entraîneurs, sans avoir un droit d'appel (Kidd et Eberts, 1982; Cantelon, 1981).

La perception qu'ont les athlètes du sport comme étant une «activité ludique» et de leur rôle comme «joueurs et joueuses» et non comme «travailleurs et travailleuses», constitue un des facteurs dans la question des droits des athlètes. Une enquête menée en 1982 auprès de joueurs et joueuses de basketball américains bénéficiant d'une bourse a révélé que seulement une minorité d'entre eux/elles se considéraient comme des employées ayant le droit de se syndiquer et de négocier des éléments tels que la rémunération, les avantages et les conditions de travail; les différences sexuelles sur ces questions étaient minimes (4 p. 100 — 8 p. 100), mais les femmes étaient moins portées que les hommes à se percevoir comme des employées dans le domaine du sport (Sack, 1982). Le prestige qu'on accorde davantage au sport intercollégial chez les hommes explique probablement certaines des différences dans les attitudes entre les sexes.

Dans une sphère d'activité qui se distingue par une forte concentration de jeunes, l'expansion de la compétition par catégories d'âge, surtout la compétition parmi les maîtres et les anciens sportifs, promet d'exploiter plus pleinement le potentiel des athlètes plus âgés. Les avantages que cela représente pour les femmes sont particulièrement importants : la compétition par catégories d'âge va à l'encontre de la tendance actuelle vers la jeunesse, et de l'accent sur l'attrait physique qui l'accompagne, que l'on retrouve dans de nombreux sports féminins de prestige, tout en augmentant les possibilités pour les femmes de continuer à faire de la compétition durant toute leur vie. Il y a aussi un autre aspect positif pour les athlètes plus jeunes qui voient parmi les sportives plus âgées des modèles. (Palmason, 1983). En outre, il est vraisemblable que dans une catégorie de disciplines sportives qui a vu le jour à un moment où l'égalité des sexes était un point reconnu, on évite certaines des attitudes et des pratiques discriminatoires évidentes dans les sports ayant une longue histoire de suprématie masculine (voir Activité physique au cours du cycle vital adulte, p. 110).

Deux récits biographiques récents : Brill et Lawton (1986) et celui de Clarke et Gwynne-Timothy (1988), aident à mieux comprendre les expériences des femmes de l'élite sportive canadienne. Clement (1987) ainsi que Lehr et Washington (1987) ont examiné la question des possibilités qui s'offrent aux femmes dans le sport professionnel, tandis que Bentley (1988) présente de son côté un point de vue féministe contre la participation des femmes dans le sport professionnel.

Bentley, P. Pro sport: do women want in? *Breaking the silence 7 (1), 1988, 14-15.*

Blann, F.W. Intercollegiate athlete competition and students' educational and career plans. *Journal of college student personnel 26 (2), 1985, 115-118.* SIRC/CDS, SIRLS

Blinde, E.M.; Greendorfer, S.L. Structural and philosophical differences in women's intercollegiate sport programs and the sport experience of athletes. *Journal of sport behavior 10 (2), 1987, 59-72.* SIRC/CDS, SIRLS

Brill, D.; Lawton, J. Jump. Vancouver: Douglas & McIntyre, 1986. SIRC/CDS

Broom, E.F. Innovations in international sport: a comparative analysis of women's world championships field hockey teams. *In, Pooley, J.C., and C.A. Pooley eds., Proceedings of the Second international seminar on comparative physical education and sport. Halifax: Dalhousie University, 1982, p. 345-361.* SIRLS, SIRC/CDS

Cantelon, H. High performance sport and the child athlete: learning to labour. *In, Ingham, A.G. and Broom, E.F. eds., Career Patterns and Career Contingencies in Sport. Vancouver: University of British Columbia, 1981, p. 258-286.* SIRC/CDS, SIRLS

Clarke, H.; Gwynne-Timothy, S. Stroke: the inside story of Olympic contenders. Toronto: Lorimer, 1988. SIRC/CDS

Clement, A. Professional female athletes. Financial opportunities. *Journal of physical education, recreation & dance 58 (3), 1987, 37-40.*, SIRLS

Kidd, B.; Eberts, M. Athletes' rights in Canada. Toronto: Ministry of Tourism and Recreation, 1982. SIRC/CDS, SIRLS

Lehr, C.A.; Washington, M.A. Beyond women's collegiate athletics. Opportunities to play for pay. *Journal of physical education, recreation & dance 58 (3), 1987, 28-32.* SIRC/CDS, SIRLS

Macintosh, D.; Whitson, D. Towards equality for women in national sport organizations. *Starting Line* 6(3) 1988, 23-25.

Moriarty, F.J. Victims of the kiddie kult. *Women's sports 5 (4), 1983, 60;58.* SIRC/CDS

Ogilvie, B.C.; McGuire, L.G. How competition affects elite women swimmers. *Physician and sportsmedicine 8(6), 1980, 113-116.* SIRC/CDS, SIRLS

Ostrow, A.C. et al. Age role expectations and sex role expectations for selected sport activities. *Research quarterly 52(2), 1981, 216-227.* SIRC/CDS, SIRLS

Palmason, D. In praise of older women athletes. *Canadian woman studies 4(3), 1983, 50-54.* SIRC/CDS, SIRLS

Palmason, D. Veteran female athlete: overcoming barriers. *In, Popma, A. ed., Female athlete: proceedings of a National conference about women in sports. Burnaby, B.C.: Institute for Human Performance, Simon Fraser University, 1980, p. 127-132.* SIRC/CDS

Sack, A. The rights and responsibilities of the athlete as a worker. *North American Society for the Sociology of Sport Conference, unpublished paper, 1982.*

Scott, L. Career contingencies - the social construction of continuing involvements in women's intercollegiate basketball. *North American Society for the Sociology of Sport Conference, unpublished paper, 1982.*

L'entraînement

Que ce soit comme entraîneur bénévole dans les écoles primaires ou entraîneur d'une équipe nationale, les femmes sont actuellement sous-représentées dans ce domaine. L'étude du Conseil scolaire d'Ottawa a clairement documenté ces tendances dans le système scolaire : alors qu'il était courant de voir des enseignants masculins entraîner des équipes féminines et mixtes aussi bien que des équipes masculines, ce genre de croisement était rare chez les enseignantes, qui entraînaient rarement des équipes mixtes et presque jamais les garçons (Quirouette, 1983). La double journée de travail de nombreuses enseignantes justifie en partie cette situation : les travaux ménagers et la garde des enfants rendent difficile pour de nombreuses femmes de s'adonner à des activités bénévoles parascolaires. En outre, puisque peu de femmes continuent de s'adonner à des sports d'équipe après l'adolescence, les enseignantes peuvent ne pas se sentir assez compétentes pour assumer des fonctions d'entraîneur. Plusieurs conseils scolaires élaborent présentement des cours d'entraîneur à l'intention des enseignantes du primaire, et examinent la nécessité de prévoir des moyens d'encouragement ou de rémunération pour les entraîneurs bénévoles.

Dans une étude canadienne sur l'épuisement professionnel chez les entraîneurs-enseignants des écoles secondaires, Quigley et coll. (1989) ont constaté que le sexe était l'une des principales variables en rapport avec le degré d'épuisement professionnel d'une personne. Les entraîneurs-enseignantes avaient de plus lourdes responsabilités et sont de surcroît mariées à des entraîneurs-enseignants; ces facteurs, ajoutés à leur double journée de travail, les exposaient plus particulièrement à l'épuisement professionnel.

Aux niveaux universitaire et collégial, l'enquête de 1982 sur les femmes dans le leadership sportif a montré qu'on retrouvait plus d'employées dans le secteur de l'éducation physique et du sport dans les collèges (31 p. 100) que dans les universités (29 p. 100). Après un examen des titres et qualités d'entraîneur dans le cadre du Programme national de certification des entraîneurs, les enquêteurs ont constaté que près de la moitié des femmes s'occupant de l'entraînement dans les collèges et 16 p. 100 de celles assumant des fonctions d'entraîneurs dans les universités n'avaient aucune certification et, de façon générale, seulement 15 p. 100 étaient certifiées au-delà du niveau II. La proportion de femmes dans le programme des entraîneurs était de 39 p. 100 pour le niveau I (certifiées), chutant à 33,5 p. 100 pour le niveau II et à 17 p. 100 pour le niveau III. Comme dans les autres situations, le fait que le temps des employées soit sollicité de tous côtés, peut leur compliquer la tâche d'améliorer leur certification. En outre, la série complète de cours théoriques et techniques à l'intention des entraîneurs n'est pas régulièrement offerte dans tous les sports (Les femmes dans le leadership sportif, 1982; Kirby, 1982; Lewis, 1981).

Les données de l'enquête nationale de 1981 sur les femmes dans les organismes nationaux de sports ont été mises à jour en 1985-1986 et étaient censées être revues chaque deux ans. Seulement 7 p. 100 des entraîneurs-chefs du sexe féminin, 18 p. 100 des entraîneurs adjoints, 32 p. 100 parmi les autres membres du personnel de l'équipe nationale étaient des femmes. Selon les données de 1988, la proportion d'entraîneurs-chefs s'établit à 14 p. 100, cette proportion est identique pour les autres membres du personnel d'entraînement.

Theberge (1988) a effectué une étude sur la carrière d'entraînement de femmes qui exercent ce métier dans les universités et les clubs canadiens. Elle a constaté que les femmes, malgré l'encouragement qu'elles avaient reçu au début de leur carrière à titre d'entraîneur, ont eu à faire face à des obstacles et parfois elles ont été victimes de discrimination criante dans leurs efforts pour participer au programme des entraîneurs de l'équipe nationale.

Selon une étude quinquennale (1978-1983), la possibilité offerte aux femmes au sein de l'Union sportive interuniversitaire canadienne (USIC), il y avait 110 hommes et 71 femmes responsables de l'entraînement dans des programmes sportifs à l'intention des femmes. La proportion d'entraîneurs masculins a plus que doublé depuis 1978, lorsque les services sportifs pour les hommes et les femmes ont été fusionnés dans toutes les Conférences à l'exception de celle de l'Ontario. Dans la même période, le nombre de chefs entraîneurs féminins a chuté d'environ 10 p. 100 (Inglis et coll., 1982). On a remarqué la même tendance à la baisse dans les universités américaines pendant la période de 1974-1979, après la mise en oeuvre de l'article 9, lorsque se sont produites les fusions entre les facultés sportives (Holmen et Parkhouse, 1981). Certes, le nombre de participantes et par conséquent le nombre de postes d'entraîneurs ont augmenté de façon spectaculaire, mais le nombre et le pour-

centage des entraîneurs féminins ont continué de baisser au cours des années 1980 (Hart et coll., 1986; Knoppers, 1987). Hasbrook (1988) a découvert des faits qui prouvent que des pratiques discriminatoires ont cours lorsqu'il s'agit de recruter des sportives. Ces pratiques découlent d'une perception erronée des administrateurs sportifs masculins, de prémisses fondées sur des stéréotypes sexuels, à savoir que les compétences des femmes entraîneurs étaient inférieures à celles des hommes, qu'elles étaient moins disposées à voyager et qu'elles étaient beaucoup plus préoccupées par leurs responsabilités familiales que les hommes.

La nature de la compétition accrue et la situation de l'entraînement des sportives après la période de la mise en oeuvre de l'article 9 ont fait croire que les hommes étaient plus aptes pour occuper ces postes. En outre, les candidates ont signalé que les administrateurs enquêtaient de façon non officielle sur leur orientation sexuelle et rejetaient la candidature des lesbiennes (Potera et Kort, 1986).

Il ne fait aucun doute, que ce genre d'idées sexistes et homophobiques constituent un des nombreux obstacles que rencontrent également sur leur chemin les entraîneurs canadiens du sexe féminin. Comme Macintosh et Whitson (1988) l'ont fait remarquer, il est nécessaire que les organismes nationaux et provinciaux de sport fassent connaître les mesures qu'ils entendent prendre à cet égard; un des moyens de faire serait d'offrir des cours d'apprentissage en matière d'entraînement à l'intention des femmes.

Alexander, B.L. To the demise of male jingoism in coaching. *Coaching review 8, Jan/Feb 1985, 40-42.* SIRC/CDS

Bain, L.L. Differences in value implicit in teaching and coaching behaviors. *Research quarterly 49(1), 1978, 5-11.* SIRC/CDS, SIRLS

Carroll, J. Introduction to feminist issues in physical education. *Scottish journal of physical education 8(3), 1980, 20-24.* SIRC/CDS, SIRLS

Caulfield, B. Men coaching women. *Ultrasport 1(2), 1984, 53-58.* SIRC/CDS

Chelladurai, P.; Arnott, M. Decision styles in coaching: preferences of basketball players. *Research quarterly 56 (1), 1985, 15-24.* SIRC/CDS, SIRLS

Coakley, J.J.; Pacey, P.L. How female athletes perceive coaches. *Journal of physical education, recreation and dance 53(2), 1982, 54-56.* SIRC/CDS

Dubois, P.E. Youth sport coach as an agent of socialization: an exploratory study. *Journal of sport behavior 4(2), 1981, 95-107.* SIRC/CDS, SIRLS

George, J.J. Finding solutions to the problem of fewer female coaches. *The physical educator 46 (1), 1989, 2-8.* SIRC/CDS, SIRLS

Hall, M.A.; Richardson, D.A. Fair ball: towards sex equality in Canadian sport. Ottawa: Canadian Advisory Council on the Status of Women, 1982. SIRC/CDS, SIRLS

Hall, M.A.; Richardson, D.A. Franc-jeu: vers l'égalité des sexes dans les sports au Canada. Ottawa: Conseil consultatif canadien sur la situation de la femme, 1982. CDS/SIRC

Hart, B.A. et al. An examination of the reduction in the number of female interscholastic coaches. *Research quarterly 57 (1), 1986, 68-77.* SIRC/CDS, SIRLS

Hasbrook, C.A. Female coaches - why the declining numbers and percentages? *Journal of physical education, recreation & dance 59 (6), 1988, 59-63.* SIRC/CDS, SIRLS

Heizer, R.B. Employment for women in athletics: what is fair play? *In, Postow, B.C. ed., Women, philosophy, and sport. Metuchen, N.J.: Scarecrow Press, 1983, p. 70-93.* SIRC/CDS, SIRLS

Holmen, M.G.; Parkhouse, B.L. Trends in the selection of coaches for female athletes: a demographic inquiry. *Research quarterly 52(1), 1981, 9-18.* SIRC/CDS, SIRLS

Inglis, S. et al. Report of the C.I.A.U. Women's Representative Committee 1982-83. Canadian Interuniversity Athletic Union, 1983. SIRC/CDS

Kirby, S. Report to the women's Ad Hoc Committee in rowing. *Catch, Nov 1982, 34-35.* SIRC/CDS

Knoppers, A. Gender and the coaching profession. *Quest 39 (1), 1987, 9-22.* SIRC/CDS, SIRLS

Lewis, P. Women in sport: leadership project, Phase IV report. A survey of female participation in the national coaching certification program. Report to Fitness and Amateur Sport, 1981.

Macintosh, D.; Whitson, D. Towards equality for women in national sport organizations. *Starting line 6 (3), 1988, 23-25.*

Naul, R. Female soccer coaches' socialization, attitudes towards soccer, and their assessment of training as licensed coaches. *In, Reilly, et al. eds., Science and football: proceedings of the First World Congress of Science and Football. Liverpool, 1987, p. 630-636.* SIRC/CDS

Neil, G.I.; Kirby, S.L. Coaching styles and preferred leadership among rowers and paddlers. *Journal of sport behaviour 8(1), 1985, 3-17.* SIRC/CDS, SIRLS

Parkhouse, B.L.; Williams, J.M. Differential effects of sex and status on evaluation of coaching ability. *Research quarterly 57 (1), 1986, 53-59.* SIRC/CDS, SIRLS

Potera, C.; Kort, M. Are women coaches an endangered species? *Women's sports & fitness 8 (9), 1986, 34-35.* SIRC/CDS, SIRLS

Quigley, T. et al. The levels and possible causes of burnout in secondary school teacher-coaches. *CAHPER journal 55 (1), 1989, 20-25.* SIRC/CDS, SIRLS

Quilis, A. Rugby féminin. 1re partie. Une contribution à la formation des intervenants en APS. *EPS: Éducation physique et sport 197, janv./févr. 1986, 26-30.* CDS/SIRC

Quilis, A. Rugby féminin. 2e partie. Une contribution à la formation des intervenants en APS. *EPS: Éducation physique et sport 198, mars/avr. 1986, 17-20.* CDS/SIRC

Quirouette, P. Ottawa Board of Education athletic survey. Ottawa: Ottawa Board of Education, 1983.

Sisley, B.L.; Capel, S.A. High school coaching: filled with gender differences. *Journal of physical education, recreation and dance 57 (3), 1986, 39-43.* SIRC/CDS, SIRLS

Staurowsky, E. Women coaching male athletes. *In, Messner, M. and Sabo, D. eds., Critical perspectives on sport, men, and the gender order. Champaign, Ill.: Human Kinetics, 1990.*

Theberge, N. The impact of the National Coaching Certification Program on the status of women in coaching in canada. *In, Coach education: preparation for a profession: proceedings of the VIII Commonwealth and International Conference on Sport, Physical Education, Dance, Recreation and Health. London: E. & F.N. Spon, 1986, p. 130-136.* SIRC/CDS

Theberge, N. Making a career in a man's world: the experiences and orientations of women in coaching. *Arena review 12 (2), 1988, 116-127.* SIRC/CDS, SIRLS

True, S. Coaching: study evaluates reasons behind declining number of women coaches. *Interscholastic athletic administration 12 (3), 1986, 18-19;21.* SIRC/CDS

Whitaker, G.; Molstad, S. Male coach/female coach: a theoretical analysis of the female sport experience. *Journal of sport and social issues 9 (2), 1985, 14-25.* SIRC/CDS, SIRLS

Les administratrices rémunérées

L'enquête de 1981 a indiqué que la représentation féminine dans des postes de gestion intermédiaire au sein des services sportifs était de 35 p. 100 au niveau collégial, et de 29 p. 100 dans les universités; au poste de doyen ou de directeur, les chiffres passaient à 7,5 p. 100 et 6 p. 100. Parmi les dix-huit postes à temps plein de gestion et de promotion dans les universités canadiennes, il n'y avait que trois femmes titulaires.

Selon l'étude de l'USIC, on comptait 23 femmes et 74 hommes dans des postes administratifs à temps plein dans le domaine du sport (1982-1983); 15 des femmes se trouvaient dans la Conférence de l'Ontario. Au cours des quatre années précédentes, l'Ontario regroupait de 70 à 75 p. 100 de toutes les administratrices sportives au Canada. Douze des vingt-deux délégués à l'assemblée annuelle de l'USIC de 1982 venaient de l'Ontario, la seule Conférence à conserver une

fédération distincte pour les sports masculins et les sports féminins après le fusionnement des services sportifs en 1978. Cette constatation illustre le même résultat non intentionnel du fusionnement qu'ont connu les universités américaines : aussi longtemps qu'il y avait un poste de directeur sportif pour les femmes, cela garantissait une place aux femmes dans le processus décisionnel au niveau des sports universitaires; par contre, le poste plus général de directeur sportif (hommes et femmes) était vraisemblablement destiné à revenir à un homme plus qu'à une femme puisque, d'après des critères comme l'expérience et l'ancienneté, les hommes en tant que groupe avaient plus de chances de se qualifier (Williams et Miller, 1983).

En 1985, les statistiques concernant les organismes nationaux de sport (ONS) ayant du personnel rémunéré ont révélé que les femmes occupaient 24 p. 100 des postes de mandataire général, mais se trouvaient en général dans des ONS ayant des budgets de fonctionnement moins importants (inférieurs à 1 million de dollars); des 18 ONS dont les budgets dépassaient ce montant, on n'en comptait qu'un seul qui était dirigé par une femme. Les femmes occupaient 21 p. 100 des postes de directeur technique, sans aucun rapport significatif entre le sexe et l'importance du budget (Mise à jour statistique de CPSA, en cours).

	Mandataire général	Directeur technique	Coordonnateur de programme
1980	16 %	18 %	40 %
1985-1986	24	17	62
1988	29	25	70

On trouve des situations similaires dans l'administration sportive provinciale. En Ontario (1983), les femmes constituaient 36 p. 100 du personnel rémunéré; la gymnastique rythmique et la nage synchronisée étaient administrées presque entièrement par des femmes, alors que d'autres sports exclusivement féminins comme la ringuette et la balle-molle avaient des administrateurs des deux sexes. Il en était de même au niveau des entraîneurs et des officiels (Sopinka, 1983). Ces tendances laissent entendre que les femmes s'adonnant à des sports féminins plus nouveaux ont éprouvé un besoin plus urgent d'établir une structure solide d'entraîneurs et d'administrateurs de sexe féminin; dans les sports établis, la disponibilité de cadres masculins aussi bien que féminins faisait du perfectionnement professionnel des femmes une priorité moins importante.

Beaumont, C. Understanding fitness leadership: why Jane can (and should) lead. Le leadership en condition physique - un rôle à la mesure des femmes. *Starting line/Point de départ 6 (2), 1987, 9-13.*

Canada. Fitness and Amateur Sport. Women's Program. Canada. Condition physique et Sport amateur. Programme pour les femmes. Women in sport leadership: summary of national survey. Femmes dans le leadership sportif: résumé de l'enquête nationale. Ottawa: Fitness and Amateur Sport, 1982. SIRC/CDS, SIRLS

Evans, V. et al. A comparison of job satisfaction, leadership behavior and job perception between male and female athletic directors. *Physical educator 43 (1), 1986, 39-43.* SIRC/CDS, SIRLS

Fasting, K.; Sisjord, M.K. Gender, verbal behavior and power in sports organizations. *Scandinavian journal of sports sciences 8 (2), 1986, 81-85.* SIRC/CDS, SIRLS

Galasso, P.J.; Holman-Prpich, M.J. Equal pay for work of equal value in sport, physical education and recreation. Windsor, Ont.: Ontario Women's Directorate, 1987. SIRC/CDS

Hall, M.A. et al. Women in athletic administration at Canadian universities: a report of a National Conference sponsored by the Faculty of Physical Education and Recreation. University of Alberta, 1981. SIRC/CDS

Leigh, P. Managerial woman in parks and recreation. *Parks & recreation 17(10), Oct 1982, 40-46;71.* SIRC/CDS

Lenskyj, H. Female participation in sport: the issue of integration versus separate-but-equal. CAAWS, 1984. SIRC/CDS

Lenskyj, H. Les femmes et le sport: participation intégrée ou distincte mais comparable. ACAFS, 1984. CDS/SIRC

Porter, N. et al. Are women invisible as leaders. *Sex roles 9 (10), 1983, 1035-1049.*

Snyder, C.J. Model job description of the female intercollegiate athletic director. *Journal of physical education, recreation & dance 53(6), 1982, 13-14.* SIRC/CDS

Vickers, J. et al. A comparative study: relative opportunities for women in the C.I.A.U. Canadian Interuniversity Athletic Union, 1982. SIRC/CDS

Williams, J.M.; Miller, D.M. Intercollegiate athletic administration: preparation patterns. *Research quarterly 54(4), 1983, 398-406.* SIRC/CDS

Les administratrices bénévoles

Les organismes nationaux et provinciaux de sport au Canada sont essentiellement un secteur bénévole. D'après une étude menée en 1981 en Ontario, le bénévole type de cette époque était un homme marié, d'origine canadienne, instruit et occupant un emploi comportant des fonctions de supervision. On comptait presque deux fois plus d'hommes que de femmes dans des postes techniques au sein de l'organisation. Ces rôles étaient qualifiés de responsables, prestigieux, satisfaisants et propices à l'avancement (Theberge, 1981).

Dans les organismes nationaux de sport, 13 femmes, soit 18 p. 100 de l'ensemble, étaient présidentes; en Ontario, le chiffre était de 16 p. 100 en 1983. Une enquête menée en 1980 et faisant la distinction entre les membres de conseils et de comités, a trouvé que la représentation féminine y était de 20 p. 100 et 30 p. 100 respectivement, une différence qui traduisait la concentration habituelle de femmes aux échelons inférieurs de l'administration (Lewis, 1980).

La structure de la direction ou du conseil d'administration semble être un facteur dans la répartition des sexes : par exemple, au sein de l'Association canadienne de hockey amateur, un des postes du conseil est celui de directeur du hockey féminin; de même, l'Association cycliste canadienne prévoit le poste de vice-président, (Comité de la voix des femmes cyclistes). Ces dispositions favorisent la participation des femmes à l'administration des sports traditionnellement masculins où elles ne seraient pas autrement élues à un siège. Selon les statistiques de 1985, 23 ONS (30 p. 100 de l'ensemble) étaient dirigés par des conseils n'ayant aucune représentation féminine, bien que presque tous les ONS administrent des programmes sportifs pour les deux sexes. Deux conseils étaient formés entièrement de femmes, alors que sept autres comportaient un pourcentage plus élevé de femmes que d'hommes. En général, 21 p. 100 des membres du conseil et 31 p. 100 des autres bénévoles étaient des femmes. Les données de 1988 montrent une augmentation de 26 p. 100 des membres du conseil.

Beamish, R. Sport executives and voluntary associations: A review of the literature and introduction to some theoretical issues. *Sociology of sport journal 2 (3), 1985, 218-232.* SIRC/CDS, SIRLS

Lewis, P. Women in sport: leadership project, Phase I report. A survey of leadership positions at the national level. Report to Fitness and Amateur Sport, 1980.

Slack, T. An organizational case study analysis of a voluntary sports organization. Ph.D. Dissertation, University of Alberta, 1983.

Slack, T. Volunteers in amateur sport organizations: biographic and demographic characteristics and patterns of involvement. *In, Ingham, A.G. and Broom, E.F. eds., Career Patterns and Career Contingencies in Sport. Vancouver: University of British Columbia, 1981, p. 500-521.* SIRC/CDS, SIRLS

Slight, C. Leadership manual for women volunteers. Manuel de formation au leadership pour les femmes bénévoles. Ottawa: Ringette Canada / Ringuette Canada, 1986. SIRC/CDS

Theberge, N. A comparative profile of men and women in the administration of Ontario amateur sport. *International Committee of the Sociology of Sport Regional Symposium, unpublished paper, 1981.* SIRLS

Theberge, N. A comparison of men and women in leadership roles in Ontario amateur sport. Report to the Ontario Ministry of Culture and Recreation, 1980. SIRLS

Theberge, N. Investigation of some characteristics of provincial executives with special reference to comparison between swimming and other sports. *Canadian journal of applied sport sciences 5(3), 1980, 137-141.* SIRC/CDS, SIRLS

Theberge, N. Some evidence on the existence of a sexual double standard in mobility to leadership positions in sport. *International review for the sociology of sport 19(2), 1984, 185-197.* SIRC/CDS, SIRLS

Vienneau, J.G. Analyse du leadership chez les intervenants auprès de l'administration dans les associations sportives du Nouveau-Brunswick. *CAHPER/ACSEPL journal 52 (1), 1986, 18-22.* CDS/SIRC, SIRLS

Les enseignantes en éducation physique

D'après un sondage mené en 1977-1978 sur les femmes enseignant dans des facultés d'éducation physique, elles y représentaient 23 p. 100 du corps professoral, et étaient concentrées au niveau de professeurs adjoints; plus de la moitié détenaient une maîtrise alors que seulement 19 p. 100 avaient un doctorat (Hall et Richardson, 1982). Comme dans les autres domaines du sport, il s'ensuit une importante absence de modèles et de mentors pour les étudiantes et les professeurs de sexe féminin. En outre, le solide réseau de professeurs masculins dans ce domaine consacre les modèles en place : des neuf revues sportives publiées en 1984, aucune n'avait de femme comme rédacteur en chef, et les femmes ne formaient que 14 p. 100 des conseils de rédaction. Le même phénomène se retrouve au niveau des auteurs de manuscrits publiés: la revue *Journal of Sport Psychology*, n'a publié en moyenne que 24 p. 100 d'articles d'auteurs féminins, de 1981 à 1983 (Safrit, 1984). Sur 200 articles pris dans les douze premiers volumes de l'*International Review of Sports Sociology*, trois portaient sur les athlètes de sexe féminin en particulier, 23 étaient des études générales qui considéraient le sexe comme une variable indépendante et seulement huit auteurs de sexe féminin y avaient contribué (Carroll, 1980) (voir La théorie féministe et l'égalité des sexes dans le sport, p. 16).

Dans une étude de 19 publications, allant de 1979 à 1983, Schuiteman et Knoppers (1987) ont constaté que celles qui comptaient beaucoup de femmes au sein de leur conseil de rédaction avaient tendance à publier beaucoup plus d'articles d'auteurs féminins. Keyes (1988) a montré les conditions dans les institutions et les infrastructures canadiennes, qui perpétuent la domination des hommes dans le domaine de la recherche consacrée aux sports.

Lorsqu'on aborde la question des expériences vécues par les professeurs du sexe féminin, il est important d'examiner si le fait par les femmes d'adopter la définition que donnent les hommes du succès sur le plan universitaire, lesquels accordent une plus grande priorité à la recherche et à la publication plutôt qu'à la profession et à l'enseignement, n'influence pas beaucoup plus le changement. Comme d'autres femmes qui font carrière dans le domaine sportif l'ont signalé, les conditions et les espérances dans le milieu de travail de l'université, s'inspirent de modèles hiérarchiques, bureaucratiques et hautement compétitifs, qui sont si souvent démoralisants qu'il devient très difficile pour les féministes de travailler en vue du changement d'un tel état de choses.

Keyes, M. Gender issues in exercise, fitness and health - institutions/infrastructures. *Starting line 7 (1), 1988, 16-17.*

Melnick, M.J.; Sabo, D.F. Analysis of free communications presented at the first seven NASSS annual meetings: some patterns and trends. *Sociology of sport journal 4 (3), 1987, 289-297.* SIRC/CDS

Rosser, S. Teaching science and health from a feminist perspective: a practical guide. New York: Pergamon, 1987.

Safrit, M.J. The future of university women in physical education. *In, Massengale, J.D. ed., Trends toward the future in physical education. Champaign, Ill.: Human Kinetics, 1987, p. 37-49.* SIRC/CDS, SIRLS

Safrit, M.J. Women in research in physical education: A 1984 update. *Quest 36(2), 1984, 103-114.* SIRC/CDS, SIRLS

Schuiteman, J.; Knoppers, A. An examination of gender differences in scholarly productivity among physical educators. *Research quarterly 58 (3), Sept 1987, 265-272.* SIRC/CDS, SIRLS

Les athlètes qui abandonnent le sport ou s'en retirent

Comme dans les autres domaines de la sociologie du sport, la recherche sur l'abandon et la retraite a en grande partie porté sur les athlètes de sexe masculin; de plus, peu d'études ont fait la distinction entre les athlètes «décrocheurs» et «retraités». Puisque les cycles de vie et les plans de carrière des femmes, tant à l'intérieur qu'à l'extérieur du sport, prennent probablement des formes différentes, les conclusions fondées sur les expériences des hommes ne s'appliquent pas nécessairement à leurs cas (Perun et Bielby, 1981).

Lorsqu'on discute de la retraite, il faut d'abord tenir compte des obstacles qui s'opposent à la pleine participation sportive des femmes, depuis les attitudes restrictives de la société jusqu'aux pratiques discriminatoires que l'on trouve dans les organisations sportives, lesquels limitent les choix de carrières sportives des femmes d'une façon que connaissent rarement les hommes. Les possibilités s'offrant aux athlètes de sexe féminin prenant leur retraite varient grandement d'un sport à l'autre, essentiellement selon la façon dont est perçue traditionnellement l'activité, c'est-à-dire masculine ou féminine : la patineuse artistique à la retraite, par exemple, aura probablement un plus grand choix de carrière dans son sport qu'une femme qui se retire de la compétition active en athlétisme.

En plus des obstacles structuraux auxquels font face les femmes sportives, la vie de celles-ci a souvent des répercussions sur leur retraite. En effet, beaucoup de femmes ont des responsabilités familiales, ce qui les empêche de suivre un programme d'entraînement exigeant ou de poursuivre une carrière dans l'entraînement ou l'administration sportive, activités qui exigent de longues heures et des déplacements à l'extérieur. Les nouvelles formules de partage des responsabilités que beaucoup de femmes ont envisagées au cours des dernières années peuvent remédier, du moins en partie, à certains de ces problèmes, rendant possible le partage plus équitable des travaux domestiques et de la garde des enfants. Hall (1987) et Kirby (1986) ont étudié les circonstances influant sur les décisions professionnelles des athlètes de sexe féminin.

On s'est penché dernièrement sur l'à-propos de diverses façons théoriques d'aborder la question de la retraite. Vu l'intérêt croissant du milieu universitaire dans le domaine de la gérontologie, certains sociologues du sport ont examiné la retraite des athlètes à la lumière de théories socio-gérontologiques, notamment celles du désengagement, de l'activité et de la continuité.

Critiquée sous de nombreux aspects, la théorie du désengagement suppose que les athlètes plus âgés et l'établissement sportif prendront du recul l'un par rapport à l'autre afin de laisser la place aux athlètes plus jeunes. Dans une critique de 1981 sur la documentation à ce sujet, Rosenberg, par exemple, a fait remarquer qu'il s'agissait d'une théorie structuro-fonctionnaliste qui donnait la priorité au bon fonctionnement du réseau sportif, tout en négligeant de tenir compte de l'orientation de l'athlète qui se retire ou de son besoin de remplacer son rôle sportif par un autre rôle professionnel (Rosenberg, 1981). Cependant, certains chercheurs semblent employer des termes comme «désengagement» ou «désocialisation» sans nécessairement adopter l'approche structuro-fonctionnaliste.

Un autre approche théorique qui peut se rattacher aux femmes qui se retirent est celle de l'activité ou de la substitution, laquelle propose que l'athlète remplace son rôle de participante par un autre, en tant qu'entraîneur ou gestionnaire dans son sport, ou dans d'autres sphères d'activité. Une explication théorique similaire porte sur les efforts déployés par la personne pour maintenir une continuité dans son mode de vie; ainsi, dans le contexte sportif, l'abandon ou la retraite peut être vu simplement comme une

transition vers une autre étape de la vie ou un autre rôle, sans véhiculer toutes les connotations négatives du désengagement ou de la désocialisation. Cependant de la documentation, les deux théories (activité et continuité) oublient de reconnaître et d'expliquer les situations d'interruption du rôle, de discontinuité et de problèmes d'adaptation que vivent les athlètes (Kirby, 1986).

Dans le cas particulier des athlètes de sexe féminin, ces théories tiennent pour acquis que les femmes sont en mesure de faire des choix de carrière délibérés et rationnels, alors que la situation pour la plupart des femmes dans une société stratifiée par sexes, classes, races et ethnies, est beaucoup plus complexe. En résumé, il semblerait qu'aucune théorie actuelle n'englobe de façon appropriée toutes les complexités de la retraite chez les athlètes de sexe féminin.

La retraite des femmes peut être précipitée par une variété de facteurs individuels et circonstanciels : blessures, épuisement psychologique, difficultés personnelles, études ou plans de carrière, qui s'enchevêtrent souvent de façon à rendre inadéquates les méthodes de recherche quantitatives conventionnelles. Ainsi, il faudra probablement prévoir des études longitudinales, des questionnaires ouverts et des entrevues dans l'enquête sur les carrières des femmes dans le sport (voir Les méthodes de recherche féministe, p. 13).

La motivation et les attentes des filles et des femmes lorsqu'elles s'adonnent à un sport, ainsi que leurs expériences en tant qu'athlètes, ont toutes un effet sur la décision de renoncer ou de se retirer; il existe des différences de sexes dans tous ces domaines (Greendorfer, 1985) (voir Initiation sociale des filles et des femmes au sport p. 42). Étant donné la concentration de jeunes dans bon nombre de sports féminins, l'âge constitue une autre variable importante. Par exemple, en gymnastique, la retraite peut se produire à l'adolescence. Dans ce cas, si l'entraînement par les pairs est déjà un modèle établi dans le club, la transition vers l'entraînement peut se faire sans trop d'interruption. Par contre, la frustration d'observer des gymnastes prépubertaires pratiquer des techniques que l'adolescente plus grande et plus lourde ne peut plus exécuter peut décourager cette dernière de continuer à s'affilier à ce sport (Feigley, 1984).

Blinde, E.M. et al. Continuing or dropping out of sport: the intercollegiate athlete. *Arena review 11 (2), Nov 1987, 66-78.* SIRC/CDS, SIRLS

Blinde, E.M.; Greendorfer, S.L. A reconceptualization of the process of leaving the role of competitive athlete. *International review for the sociology of sport 20 (1/2), 1985, 87-94.* SIRC/CDS, SIRLS

Broom, E.F. Innovations in international sport: a comparative analysis of women's world championships field hockey teams. *In, Pooley, J.C., and C.A. Pooley eds., Proceedings of the Second international seminar on comparative physical education and sport. Halifax: Dalhousie University, 1982, p. 345-361.* SIRLS, SIRC/CDS

Brown, B.A. Factors influencing the process of withdrawal by female adolescents from the role of competitive age group swimmer. *Sociology of sport journal 2 (2),1985, 111-129.* SIRC/CDS, SIRLS

Butcher, J. Membership turnover in women's field hockey. *Australian journal of sport sciences 3(2), 1983, 28-32.* SIRC/CDS, SIRLS

Caccese, T.M.; Mayerberg, C.K. Gender differences in perceived burnout of college coaches. *Journal of sport psychology 6(3), 1984, 279-288.* SIRC/CDS

Curtis, J.E.; White, P.G. Age and sport participation: decline in participation or increased specialization with age? *In, Theberge, N. and Donnelly, P. eds., Sport and the sociological imagination. Fort Worth, Tex.: Texas Christian University Press, 1984, p. 273-293.* SIRC/CDS, SIRLS

Feigley, D.A. Psychological burnout in high-level athletes. *Physician and sportsmedicine 12(10), 1984, 108-112;115-119.* SIRC/CDS, SIRLS

Greendorfer, S.L.; Blinde, E.M. "Retirement" from intercollegiate sport: theoretical and empirical considerations. *Sociology of sport journal 2 (2), 1985, 101-110.* SIRC/CDS, SIRLS

Hall, M.A. Women Olympians in the Canadian Sport Bureaucracy. *In, Slack, T. and Hinings, C.R. eds., The organization and administration of sport. London, Ont.: Sport Dynamics, 1987, p. 101-126.* SIRC/CDS

Kirby, S. High performance female athlete retirement. Ph.D. dissertation, University of Alberta, 1986.

McPherson, B.D. Sport participation across the life cycle: a review of the literature and suggestions for future research. *Sociology of sport journal 1(3), 1984, 213-230.* SIRC/CDS, SIRLS

Moriarty, F.J. Victims of the kiddie kult. *Women's sports 5 (4), 1983, 60;58.* SIRC/CDS

Ogilvie, B.C.; McGuire, L.G. How competition affects elite women swimmers. *Physician and sportsmedicine 8(6), 1980, 113-116.* SIRC/CDS, SIRLS

Ostrow, A.C. et al. Age role expectations and sex role expectations for selected sport activities. *Research quarterly 52(2), 1981, 216-227.* SIRC/CDS, SIRLS

Perun, P.; Bielby, D. Towards a model of female occupational behavior: a human development approach. *Psychology of women quarterly 6 (2), 1981, 234-252.*

Prus, R. Career contingencies: examining patterns of involvement. *In, Theberge, N. and Donnelly, P. eds., Sport and the sociological imagination. Fort Worth, Tex.: Texas Christian University Press, 1984, p. 297-317.* SIRC/CDS, SIRLS

Rosenberg, E. Gerontological theory and athletic retirement. *In, Greendorfer, S.L. and Yiannakis, A. eds., Sociology of sport: diverse perspectives. West Point, N.Y.: Leisure Press, 1981, p. 118-126.* SIRC/CDS, SIRLS

Scott, L. Career contingencies - the social construction of continuing involvements in women's intercollegiate basketball. *North American Society for the Sociology of Sport Conference, Unpublished paper, 1982.*

Chapitre trois

Considérations d'ordre psychologique

La psychologie et l'optique féministe

Depuis toujours, la psychologie s'est attachée à prouver que la femme était différente et, de ce fait, inférieure. En effet, l'homme a généralement été considéré comme la norme et la femme, comme l'exception. Il ne faut pas en conclure pour autant que, dans le domaine de la psychologie, les chercheurs se sont sérieusement penchés sur la femme : plus des deux tiers des travaux portant sur des sujets humains étaient axés sur l'homme; les observations qui en ont été tirées ont ensuite été généralisées à tous les êtres humains. Ces artifices se reflètent dans les interprétations d'ordre évaluatif des conclusions des travaux : par exemple, la réponse au milieu — trait plus caractéristique de la femme que de l'homme — est dévalorisée par l'étiquette «dépendance à l'égard du milieu», tandis que le comportement masculin, qui est d'ignorer les signaux environnementaux, est décrit par l'expression plus positive «indépendance à l'égard du milieu» (Wine, 1982; Spender, 1980).

L'intérêt de plus en plus grand accordé aux différences d'ordre sexuel dans les récents travaux de psychologie n'est pas nécessairement un pas en avant. On a tendance à ne pas publier des études qui ne signalent aucune différence entre les sexes, tandis que l'accent mis sur des résultats positifs a pour effet d'ancrer davantage l'hypothèse selon laquelle les divergences psychologiques entre les deux sexes s'expliquent par des différences biologues, sans tenir compte de la possibilité que ces caractéristiques puissent avoir une autre origine — sociale, culturelle ou environnementale, par exemple — ou être le fait du hasard. Autrement dit, des psychologues ont fait du «sexe» une variable indépendante et lui ont attribué une qualité de cause, sans définir toutefois ce qui constitue le «sexe» (Sherif, 1979).

Les modèles psychologiques de comportement humain ne laissent que peu de place — si tant est qu'ils en laissent — aux caractéristiques féminines, lacune tout particulièrement évidente dans des théories de développement moral telle que celle qu'a proposée Kohlberg au cours des années 60 d'après ses travaux sur des adolescents masculins. Gilligan (1982) est l'une des psychologues féministes à mettre en question la valeur du modèle de Kohlberg pour expliquer le raisonnement moral de la femme, qui — selon elle — repose davantage sur l'éthique de l'altruisme que sur celle des droits individuels et de l'intérêt personnel. En ce qui concerne des questions d'ordre moral s'inscrivant dans le cadre des sports — les droits des athlètes, le fair-play, l'agressivité et la violence — l'optique féministe est d'une importance toute particulière.

La recherche psychologique a tendance à tabler sur l'expérience contrôlée hors contexte, et néglige souvent d'étudier les relations humaines, l'interaction sociale et le développement des individus dans le contexte humain. Bien que la classe sociale et la race ou l'ethnie soient considérées comme des variables indépendantes dans la recherche menée en psychologie sociale, un grand nombre de travaux entrepris dans ce domaine font appel aux mêmes types de méthode quantitative appliquée en laboratoire que d'autres branches de la psychologie. L'hypothèse voulant que le comportement humain puisse être traduit avec précision — soit en chiffres à l'aide d'une échelle ordinale, soit par les réponses données (oui/non) à un questionnaire «fermé» — crée d'autres problèmes : les interviewés n'ont aucune façon de préciser quel a été leur cheminement et les interprétations qui seront faites des résultats peuvent être faussées par l'artifice du sexe. Selon une autre approche proposée dans les travaux féministes, il conviendrait d'appliquer des méthodes — telles l'entrevue et l'observation — dont l'efficacité a été démontrée dans des études sociologiques et anthropologiques, tout en maintenant des rapports de collaboration dépourvus de toute trace d'explicitation entre la chercheure et le sujet étudié (Wine, 1982). Dans la discussion qui suit, on a tenté de s'en tenir aux études ayant adopté une approche à tendance qualitative et naturaliste, sans toutefois toujours y réussir.

Genova, J. Women and the mismeasure of thought. *Hypatia 3 (1), 1988, 101-117.*

Gilligan, C. In a different voice. Cambridge: Harvard University Press, 1982.

Lykes, M.B.; Stewart, A.J. Evaluating the feminist challenge to research in personality and social psychology, 1963-1983. *Psychology of women quarterly 10 (4), 1986, 393-412.*

Miller, J.B. Presenting psychological problems. *Occasional papers, Ontario Institute for Studies in Education, 1986.*

Sherif, C. Bias in psychology. *In, Sherman, J. and Beck, E. eds., The prism of sex. Madison: University of Wisconsin Press, 1979, p. 93-133.*

Spender, D. Man made language. London: Routledge & Kegan Paul, 1980.

Stark-Adamec, C.; Kimball, M. Science free of sexism: a psychologist's guide to the conduct of non-sexist research. *Canadian psychology 25 (1), 1984, 23-34.*

Ussher, J. The psychology of the female body. New York: Routledge, 1989.

Weisstein, N. Psychology constructs the female. *In, Gornick, V. and Moran, B. eds., Woman in sexist society. New York: Basic Books, 1971, p. 207-224.*

Wine, J. Gynocentric values and feminist psychology. *In Miles, A. and Finn, G. eds., Feminism in Canada: from pressure to politics. Montreal: Black Rose Books, 1982, p. 67-87.*

Wine, J. Towards a feminist standpoint for psychology. *Popular feminism papers, Ontario Institute for Studies in Education, 1985.*

Variables de la personnalité chez les athlètes féminines

Comme l'a souligné Whitson (1979) dans sa critique de la recherche menée en psychologie sportive en matière de personnalité, les tests de la personnalité réflètent et renforcent les hypothèses selon lesquelles la personnalité d'un individu constitue sa «nature» et que des formes dites institutionnelles et organisationnelles sont également «naturelles». Par conséquent, ces tests sont utilisés pour tracer les «profils de personnalité» de sujets qui ont réussi en tant qu'athlètes ou entraîneurs dans le monde du sport tel qu'il est actuellement. Autrement dit, ce sont les personnalités d'athlètes et d'entraîneurs masculins qui finissent par représenter l'idéal. Une autre faille importante de cette approche, c'est qu'elle ne tient pas compte des processus de socialisation relatifs au sport : la structure de récompenses que l'on retrouve dans les sports masculins de haute performance encourage, par exemple, des traits de personnalité qui sont l'antithèse de valeurs telles que l'amitié et la collaboration.

Comme pour la recherche menée en psychologie sociale sur les modèles de conduite des deux sexes, des efforts considérables ont été déployés par des spécialistes de la psychologie sportive pour démontrer l'existence de différences importantes entre les athlètes féminines et l'ensemble de la population féminine, une importance fondamentale étant accordée à la féminité dans les deux domaines. Ainsi, dans la recherche sur la personnalité, le test élaboré par Edwards sur les préférences personnelles (*Personal Preference Schedule*) — et utilisé depuis 1963 dans de nombreuses études portant sur des athlètes féminines — place «hétérosexualité», de même que des sujets tels que l'agressivité, l'autonomie et la bienveillance, parmi les traits de personnalité pertinents et mesurables (Gravelle et coll., 1982). Il semble peu probable qu'un tel indicateur puisse être inclus dans une échelle conçue pour décrire les personnalités de ballerines ou d'autres populations indiscutablement «féminines» (voir Sport, sexe et sexualité, p. 52).

Dans le domaine du sport et de la personnalité en général, il a été suggéré que, plutôt que de les *créer*, les sports *font appel* à des traits de personnalité particuliers. On peut avancer, par exemple, que les sports de contact ou de combat intéresseront surtout des personnes agressives; les sports d'équipe, des personnes sociables; et des sports individuels, des personnes dominantes. Il semble probable qu'un processus bilatéral entre en jeu : chez des individus présentant ces tendances et ayant choisi des sports qui leur conviennent, les dimensions susmentionnées seront plus ou moins intensifiées selon le niveau de participation au sport en question. Cependant, comme des facteurs socio-culturels dont les effets sont assujettis au sexe interviennent dans ces processus de sélection et de renforcement, il est impos-

sible d'affirmer que les hommes et les femmes pratiquant le même sport présenteront les mêmes traits de caractère.

Deux études (Kleiber et Hemmer, 1981; Valliant et coll. 1981) ont eu pour objet le centre de contrôle des athlètes et des non-athlètes, c'est-à-dire la mesure dans laquelle une athlète se sent maîtresse de son destin : si ce centre est intérieur, le degré de contrôle est élevé et s'il est extérieur, le degré de contrôle est faible. D'après une démarche analogue à celle adoptée dans des travaux sur le conflit des rôles, Kleiber et Hemmer sont partis de l'hypothèse selon laquelle les femmes qui participent à un sport organisé ont besoin d'une plus grande réserve d'autodétermination pour relever le défi posé par les stéréotypes quant aux rôles des deux sexes; leurs conclusions appuient partiellement cette thèse : chez ces femmes, la source de détermination était beaucoup plus interne que chez celles pour qui le sport était un loisir. Par ailleurs, Valliant et ses collaborateurs (1981) ont observé que la plupart des études n'avaient relevé aucune différence importante entre les athlètes et les non-athlètes en matière de centre de contrôle, conclusion reprise dans leur étude. Cependant, ils ont mis en évidence un effet important du groupe sur le trait de personnalité appelé «dominance», ainsi qu'un effet important du sexe sur le trait appelé «audace»: les athlètes se sont révélés plus dominants que les non-athlètes et les athlètes féminines, plus audacieuses que les athlètes masculins.

De telles constatations comportent des implications contradictoires, à savoir : d'un côté, il peut être souhaitable de démontrer que les athlètes féminines présentent le même éventail de traits de personnalité que l'ensemble de la population féminine et, par conséquent, de détruire certains des mythes qui entourent la sportive. Il pourrait également être utile de démontrer quels pourrait être les effets bénéfiques du sport pour la personnalité féminine dite «normale» sur le plan de l'autonomie ou des réalisations. D'un autre côté, on a observé que les femmes dont la personnalité diffère de la «norme» connaissent souvent des succès et un sentiment de réalisation grâce à la participation sportive. Cet élément doit être reconnu par les parents, les enseignants et d'autres personnes comme étant une forme de comportement acceptable et non pas anormale.

Daino, A. Personality traits of adolescent tennis players. *International journal of sport psychology 16 (2), 1985, 120-125.* SIRC/CDS, SIRLS

Folkins, C.H.; Sime, W.E. Physical fitness training and mental health. *American psychologist 36(4), 1981, 373-389.* SIRC/CDS, SIRLS

Frazier, S.E. Introversion-extraversion measures in elite and nonelite distance runners. *Perceptual and motor skills 64 (3), 1987, 867-872.* SIRC/CDS, SIRLS

Freedson, P.S. et al. Physique, body composition, and psychological characteristics of competitive female body builders. *Physician and sportsmedicine 11(5), 1983, 85-90;93.* SIRC/CDS, SIRLS

Gravelle, L. et al. Personality profiles of the Canadian Women's National Volleyball Team. *Volleyball technical journal 7(2), 1982, 13-17.* SIRC/CDS, SIRLS

Gundersheim, J. Comparison of male and female athletes and nonathletes on measures of self-actualization. *Journal of sport behavior 5(4), 1982, 186-201.* SIRC/CDS, SIRLS

Horvat, M. et al. A comparison of the psychological characteristics of male and female able-bodied and wheelchair athletes. *Paraplegia 24 (2), 1986, 115-122.* SIRC/CDS, SIRLS

Jerome, W.C. Evaluation of personality changes in long term participants in the Seneca Sports School. *In, Wankel, L.M. and Wilberg, R.B. eds., Psychology of sport and motor behavior: research and practice. Alberta: University of Alberta, Dept. of Recreation and Leisure Studies, 1982, p. 238-246.* SIRLS, SIRC/CDS

Joesting, J. Comparison of personalities of athletes who sail with those who run. *Perceptual and motor skills 52(2), 1981, 514.* SIRC/CDS, SIRLS

Kleiber, D.A. Sex differences in the relationship of locus of control and recreational sport participation. *Sex roles 7(8), 1981, 801-810.* SIRLS

Morgan, W. P. et al. Psychological characterization of the elite female distance runner. *International journal of sports medicine 2 (8), 1987, 124-131.* SIRC/CDS

Ogilvie, B. Psychological consistencies within the personality of high-level competitors. *JAMA 205 (11), 9 Sept 1968, 156-162.*, SIRLS

Ogilvie, B.C.; McGuire, L.G. How competition affects elite women swimmers. *Physician and sportsmedicine 8(6), 1980, 113-116.* SIRC/CDS, SIRLS

Penny, G.D.; Rust, J.O. Effect of a walking-jogging program on personality characteristics of middle-aged females. *Journal of sports medicine and physical fitness 20(2), 1980, 221-226.* SIRC/CDS, SIRLS

Reeds, G.K. The relationship of personality and anxiety to performance among elite male and female gymnasts. *CAHPER journal 51 (7), 1985, 4-7.* SIRC/CDS

Renfrow, N.E.; Bolton, B. Physiological and psychological characteristics associated with women's participation in intercollegiate athletics. *Perceptual and motor skills 53(1), 1981, 90.* SIRC/CDS

Schindler, T.M.; Waters, M. Athletic involvement and aspects of self-actualization. *Journal of sport behavior 9 (2), 1986, 59-69.* SIRC/CDS, SIRLS

Starkes, J.L. Skill in field hockey: the nature of the cognitive advantage. *Journal of sport psychology 9 (2), 1987, 146-160.* SIRC/CDS

Valliant, P.M. et al. Personality in athletic and non-athletic college groups. *Perceptual and motor skills 52(3), 1981, 963-966.* SIRC/CDS, SIRLS

Whitson, D.J. Research methodology in sport sociology. Ottawa: CAHPER, 1979. SIRC/CDS, SIRLS

Angoisse engendrée par la compétition et la performance

Comme l'angoisse irrationnelle engendrée par la compétition nuit à la performance de l'athlète, une grande attention a été accordée dans les travaux récents de recherche en psychologie à des programmes d'adaptation au stress conçus pour les athlètes, notamment à l'hypnose et à la répétition de comportements perceptivo-moteurs (VMBR) — technique combinant la représentation visuelle et la relaxation. Rien ne témoigne d'écarts importants entre les deux sexes dans le degré d'angoisse engendré par la compétition ou dans l'efficacité des programmes d'adaptation au stress pour ce qui est de calmer cette angoisse et d'améliorer la performance (Smith, 1983; Hall et Erffmeyer, 1983; Seabourne et coll., 1984; Lanning et Hisanaga, 1983).

Hall, E.G.; Erffmeyer, E.S. Effect of visuo-motor behavior rehearsal with videotaped modeling on free throw accuracy of intercollegiate female basketball players. *Journal of sport psychology 5(3), 1983, 343-346.* SIRC/CDS

Lanning, W.; Hisanaga, B. A study of the relation between the reduction of competition anxiety and an increase in athletic performance. *International journal of sport psychology 14(4), 1983, 219-227.* SIRC/CDS, SIRLS

Lee, V.C. Peak performance: will you recognize it when it happens? *Melpomene report 4 (3), 1985, 4-7.* SIRC/CDS

Reeds, G.K. The relationship of personality and anxiety to performance among elite male and female gymnasts. *CAHPER journal 51 (7), 1985, 4-7.* SIRC/CDS

Seabourne, T. et al. Effect of individualized practice and training of visuo-motor behavior rehearsal in enhancing karate performance. *Journal of sport behavior 7(2), 1984, 58-67.* SIRC/CDS, SIRLS

Smith, T. Competition trait anxiety in youth sport: differences according to age, sex, race and playing status. *Perceptual and motor skills 57(3) Pt 2, 1983, 1235-1238.* SIRC/CDS, SIRLS

Exercice et autoreprésentation

Un grand nombre de travaux de recherche de psychologie sportive ont porté sur ce point : une bibliographie compilée en 1981 prévoyait en effet que les références se chiffreraient à 1 000 au début de 1983 (Sachs, 1982). Cependant, dans ce domaine de la psychologie comme dans d'autres, les chercheurs n'ont pas toujours étudié des sujets féminins, ni toujours signalé la présence ou l'absence de différences entre les sexes. Folkins et Sime (1981) ont passé en revue les premiers travaux axés sur les conséquences de l'exercice pour des variables psychologiques telles que la perception, le schéma corporel, l'autoreprésentation, l'humeur et l'adaptation sociale chez l'homme et la femme. Ils ont observé que la recherche sur les variables de l'autoreprésentation donnait les résultats positifs les plus importants.

Parmi les modifications psychologiques observées chez la femme à la suite d'un entraînement physique, on a noté une amélioration de certaines caractéristiques de l'autoreprésentation. Penny et Rust (1980) se sont penchés sur les effets d'un programme de marche et de jogging chez la femme d'un certain âge et ont constaté une amélioration du contentement et de l'acceptation de soi. D'autres études ont révélé un lien entre des changements physiologiques et psychologiques : des modifications de la constitution corporelle (perte de poids), de la force physique et de la capacité aérobie étaient en corrélation avec une estime de soi rehaussée, tout particulièrement par rapport au soi physique (image de soi) (Brown et coll., 1982; Trujillo, 1983; Eide, 1982).

Jasnoski et ses collaborateurs (1981) ont constaté que des femmes inscrites à un cours d'exercices aérobies signalaient des améliorations tant d'ordre physique — comme la performance en marche et en course — que d'ordre non physique — comme la tolérance des frustrations. Cependant, il y avait des inconsistances dans les rapports entre des changements, d'une part, de la capacité aérobie et, d'autre part, de l'autoappréciation des aptitudes et de la confiance en soi, ce qui laisse entendre que les modifications de l'autoreprésentation n'étaient pas uniquement le résultat de changements physiques, mais dépendaient également de facteurs personnels ou sociaux. Comme l'a souligné Ransford (1982), des facteurs cognitifs (le sentiment d'avoir le dessus ou d'être arrivé à quelque chose), des facteurs sociaux (interaction sociale) ou la valeur de «pause» donnée à un loisir, comptent parmi d'autres déterminants possibles des effets positifs de l'exercice.

Des travaux de psychologie abordent également la question de l'auto-représentation d'après la relation entre l'assurance et l'auto-appréciation des capacités de performance. Dans deux études (Corbin et coll., 1983; Corbin, 1981), on a proposé le manque de confiance en soi et l'humilité de la femme pour expliquer une sous-estimation de la capacité de performance. Selon l'étude de 1981, les femmes sont plus susceptibles que les hommes à sous-estimer leur capacité de performance après s'être mesurées à un adversaire de poids. Cette tendance, que Corbin qualifie d'attente féminine «instable», pourrait aussi être décrite comme étant «réaliste» comme Corbin et ses collaborateurs l'ont fait remarquer dans leur étude ultérieure. Une étude analogue menée auprès de jeunes gymnastes féminines a révélé que leur estimation de leur performance en compétition était une variable de prédiction plus précise que leurs classements antérieurs, mais que les estimations des entraîneurs étaient encore plus justes (Lee, 1982).

Comme dans d'autres domaines de la recherche en psychologie sportive, une difficulté posée par ces approches à la question de l'autoreprésentation, c'est qu'elles sous-entendent le dualisme de l'esprit et du corps. Bien que la plupart des chercheurs reconnaissent l'existence d'un lien entre l'état physiologique et l'état psychologique, nombre d'entre eux négligent sa nature dialectique, c'est-à-dire l'interaction permanente de l'esprit et du corps. Déterminé en partie par des réussites et des échecs antérieurs, l'état psychologique influe sur la performance du sportif, au même titre que son état physiologique — qui dépend en partie de l'entraînement reçu et de la performance antérieure — déteint sur l'état d'esprit dans lequel il abordera des activités sportives. Il va sans dire que ces processus complexes ne se prêtent pas facilement à une approche de recherche contrôlée.

Balogun, J.A. The interrelationships between measures of physical-fitness and self-concept. *Journal of human movement studies 13 (5), 1987, 255-265.* SIRLS

Beuter, A. et al. Adjustments to high altitude trekking among women. *Sportwissenschaft 18 (3), 1988, 296-308.* SIRC/CDS

Birrell, S. The psychological dimensions of female athletic participation. *In, Boutilier, M.A. and SanGiovanni, L. eds., The sporting woman. Champaign, Ill: Human Kinetics Publishers, 1983, p. 49-91.* SIRC/CDS, SIRLS

Brown, E.Y. et al. Self-concept changes in women as a result of training. *Journal of sport psychology 4(4), 1982, 354-363.* SIRC/CDS, SIRLS

Corbin, C.B. Self-confidence of females in sports and physical activity. *Clinics in sports medicine 3(4), 1984, 895-908.* SIRC/CDS, SIRLS

Corbin, C.B. et al. Sex differences in performance estimates: female lack of confidence vs. male boastfulness. *Research quarterly 54(4), 1983, 407-410.* SIRC/CDS, SIRLS

Corbin, C.B. Sex of subject, sex of opponent, and opponent ability as factors affecting self-confidence in a competitive situation. *Journal of sport psychology 3(4), 1981, 265-270.* SIRC/CDS, SIRLS

Eickhoff, J. et al. Selected physiological and psychological effects of aerobic dancing among young adult women. *Journal of sports medicine and physical fitness 23(3), 1983, 273-280.* SIRC/CDS, SIRLS

Eide, R. Relationship between body image, self-image and physical activity. *Scandinavian journal of social medicine Suppl. 29, 1982, 109-112.* SIRC/CDS, SIRLS

Folkins, C.H.; Sime, W.E. Physical fitness training and mental health. *American psychologist 36(4), 1981, 373-389.* SIRC/CDS, SIRLS

Jaffee, L. Focus on physical activity. *Melpomene report 4 (3), 1985, 9-12.* SIRC/CDS

Jasnoski, M.L. Exercise, changes in aerobic capacity, and changes in self-perceptions: an experimental investigation. *Journal of research in personality 15(4), 1981, 460-466.* SIRLS

Kalliopuska, M. Relation of empathy and self-esteem to active participation in Finnish baseball. *Perceptual and motor skills 65 (1), 1987, 107-113.* SIRC/CDS

Lee, C. Self-efficacy as a predictor of performance in competitive gymnastics. *Journal of sport psychology 4(4), 1982, 405-409.* SIRC/CDS, SIRLS

Marsh, H.W.; Peart, N.D. Competitive and cooperative physical fitness training programs for girls: effects on physical fitness and multidimensional self-concepts. *Journal of sport & exercise psychology 10 (4), 1988, 390-407.* SIRC/CDS, SIRLS

Penny, G.D.; Rust, J.O. Effect of a walking-jogging program on personality characteristics of middle-aged females. *Journal of sports medicine and physical fitness 20(2), 1980, 221-226.* SIRC/CDS, SIRLS

Plummer, O.K.; Koh, Y.O. Effect of "aerobics" on self-concepts of college women. *Perceptual and motor skills 65 (1), 1987, 271-275.* SIRC/CDS, SIRLS

Porter, K. Psychological characteristics of the average female runner. *Physician and sportsmedicine 13 (5), 1985, 171-175.* SIRC/CDS, SIRLS

Ransford, C.P. A role for amines in the antidepressant effect of exercise: a review. *Medicine and science in sports and exercise 14 (1), 1982, 1-10.* SIRC/CDS

Rao Prakasa, V.V.; Overman, S.J. Psychological well-being and body image: a comparison of black women athletes and nonathletes. *Journal of sport behavior 9 (2), 1986, 79-91.* SIRC/CDS, SIRLS

Rindskopf, K.; Gratch, S. Women and exercise: a therapeutic approach. *Women and therapy 1, Winter 1982, 15-26.*

Sachs, M.L. Change agents in the psychology of running. *In, Sports medicine - sports science: bridging the gap. Lexington, Mass.: Collamore Press, 1982, p. 17-26.* SIRC/CDS, SIRLS

Schindler, T.M.; Waters, M. Athletic involvement and aspects of self-actualization. *Journal of sport behavior 9 (2), 1986, 59-69.* SIRC/CDS, SIRLS

Schumaker, J.F. et al. Self-concept, academic achievement, and athletic participation. *Perceptual and motor skills 62 (2), 1986, 387-390.* SIRC/CDS, SIRLS

Skrinar, G.S. et al. Effects of endurance training on body-consciousness in women. *Perceptual and motor skills 62 (2), 1986, 483-490.* SIRC/CDS, SIRLS

Smith, T.L. Self-concepts of youth sport participants and nonparticipants in grades 3 and 6. *Perceptual and motor skills 62 (3), 1986, 863-866.* SIRC/CDS, SIRLS

Trujillo, C.M. The effect of weight training and running exercise intervention programs on the self-esteem of college women. *International journal of sport psychology 14(3), 1983, 162-173.* SIRC/CDS, SIRLS

Young, M.L. Estimation of fitness and physical ability, physical performance, and self-concept among adolescent females. *Journal of sports medicine and physical fitness 25 (3), 1985, 144-150.* SIRC/CDS, SIRLS

Effets de l'exercice sur l'angoisse et la dépression

Toute discussion des effets des exercices aérobies sur l'angoisse et la dépression chez la femme doit être abordée dans le contexte plus vaste de la santé mentale de la femme, selon un point de vue féministe. Bernardez (1984) a souligné que la socialisation de la femme au sein d'une société donnée détermine quel est le comportement «féminin» normal. De plus, le statut social de la femme et la discrimination sexuelle qui existe dans les domaines de l'emploi et de l'éducation ont des répercussions sur l'image de soi et le pouvoir économique de la femme et, de ce fait, sur sa santé mentale.

Le trouble psychologique le plus fréquent chez la femme est un état que les thérapeutes appellent «dépression». On a avancé que la socialisation de la femme orientée vers «l'impuissance informée» et les tabous placés sur la colère et le comportement agressif sont, en grande partie, responsables de cette tendance. Consciente de son impuissance au sein d'une société axée sur l'homme, la femme ne peut même pas exprimer sa colère, car il s'agit là d'une émotion considérée comme étant incompatible avec le rôle du sexe féminin. La dépression est souvent l'aboutissement de cette situation sans issue. La dépression est en outre plus fréquente chez la femme mariée qui, par tradition, doit satisfaire aux besoins physiques et affectifs de tous les membres de la famille (Bernardez, 1984).

Dans un tel contexte, il n'y a rien d'étonnant à ce qu'une activité physique comme la course ait des effets positifs sur la santé mentale de la femme, qui réussit ainsi à avoir un certain contrôle sur son corps et qui se réserve une partie de sa journée. Du fait qu'elle se pratique en public, la course symbolise un rejet du rôle féminin passif et effacé et peut donc contribuer au sentiment global d'accomplissement et de bien-être.

D'après plusieurs études, les exercices aérobies ont de tels effets positifs chez la femme (Harris, 1981; Joesting, 1981; Hartz et Wallace, 1982; Gondola et Tuckman, 1982, 1983; Doyne et coll., 1983). Selon les auteurs d'une étude menée en 1984, leur travail représentait le premier témoignage contrôlé quant aux effets d'exercices vigoureux sur la dépression; on y observait une baisse beaucoup plus marquée des cas de dépression chez les participantes à un programme d'exercices aérobies que chez des sujets qui recevaient du placebo ou qui ne faisaient l'objet d'aucun traitement (McCann et Holmes, 1984).

Les réponses biochimiques du corps à l'exercice peuvent expliquer en partie l'apaisement de la dépression. Il est établi que des déficits de certains composés biochimiques présents dans le cerveau jouent un rôle dans la dépression. Les exercices aérobies stimulent l'irrigation sanguine du cerveau et augmentent la production d'amine et d'endorphine, rehaussant ainsi la transmission synaptique dans le système nerveux central. Aussi récemment qu'en 1981, Folkins et Sime ont toutefois rejeté les explications d'ordre physiologique données à une modification psychologique en les qualifiant «de simplistes et de superficielles». En 1982, une étude des travaux de recherche exécutés dans ce domaine a conclu

que les données n'étaient pas concluantes, mais a constaté la corrélation de facteurs physiologiques, psychologiques et cognitifs dans les effets de l'exercice sur les états dépressifs (Ransford, 1982). Deux études de la documentation dans ce domaine (1983) ont conclu que ces théories, même si elles n'étaient pas encore entièrement justifiées, étaient plausibles et méritaient d'être étudiées plus à fond (Weinstein et Meyers, 1983; Lawrence, 1983). Il appert toutefois que les travaux exécutés dans ce domaine ne se sont pas arrêtés aux écarts qualitatifs entre les états dépressifs de l'homme et de la femme, lesquels peuvent avoir des conséquences pour la thérapie par l'exercice.

Bernardez, T. Prevalent disorder of women: attempts toward a different understanding and treatment. *Women and therapy 3 (1), 1984, 17-27.*

de Vries, H.A. Tranquilizer effect of exercise: a critical review. *Physician and sportsmedicine 9(11), 1981, 46-49;52-53;55.* SIRC/CDS

Doyne, E.J. et al. Aerobic exercise as a treatment for depression in women. *Behavior therapy 14(3), 1983, 434-440.* SIRC/CDS

Folkins, C.H.; Sime, W.E. Physical fitness training and mental health. *American psychologist 36(4), 1981, 373-389.* SIRC/CDS, SIRLS

Gondola, J.C.; Tuckman, B.W. Extent of training and mood enhancement in women runners. *Perceptual and motor skills 57(1), 1983, 333-334.* SIRC/CDS

Gondola, J.C.; Tuckman, B.W. Psychological mood state in "average" marathon runners. *Perceptual and motor skills 55(3) Part 2, 1982, 1295-1300.* SIRC/CDS, SIRLS

Harris, M.B. Runners' perceptions of the benefits of running. *Perceptual and motor skills 52(1), 1981, 153-154.* SIRC/CDS, SIRLS

Hartz, G.W. et al. Effect of aerobic conditioning upon mood in clinically depressed men and women: a preliminary investigation. *Perceptual and motor skills 55(3) Part 2, 1982, 1217-1218.* SIRC/CDS

Joesting, J. Running and depression. *Perceptual and motor skills 52(2), 1981, 442.* SIRC/CDS, SIRLS

Lawrence, R.M. Psychological aspects of exercise. *In, Bove, A.A., and Lowenthal, D.T. eds., Exercise medicine: physiological principles and clinical application. New York: Academic Press, 1983, p. 335-346.* SIRC/CDS

Long, B.C.; Haney, C.J. Long-term follow-up of stressed working women: a comparison of aerobic exercise and progressive relaxation. *Journal of sport & exercise psychology 10 (4), 1988, 461-470.* SIRC/CDS, SIRLS

Martinsen, E.W. et al. Effects of aerobic exercise on depression: a controlled study. *British medical journal (Clinical research ed.) 291 (6488), 13 Jul 1985, 109.*

McCann, L.; Holmes, D.S. Influence of aerobic exercise on depression. *Journal of personality and social psychology 46(5), 1984, 1142-1147.* SIRC/CDS, SIRLS

Meyer, S. Women and conflict in dance therapy. *Women and therapy 4, Spring 1985, 3-17.*

Ransford, C.P. A role for amines in the antidepressant effect of exercise: a review. *Medicine and science in sports and exercise 14 (1), 1982, 1-10.* SIRC/CDS

Wall, B.R.; Gruber, J.J. Relationships between anxiety and aggression inventory scores in women's intercollegiate basketball. *KAHPERD journal 21 (1), 1985, 2-3.* SIRC/CDS, SIRLS

Weinstein, W.S.; Meyers, A.W. Running as treatment for depression: is it worth it? *Journal of sport psychology 5(3), 1983, 288-301.* SIRC/CDS, SIRLS

Comportement d'exercice

Le terme «discipline», qui évoque l'approche de la psychologie du comportement, est repris dans une bonne partie des publications sur la thérapie par l'exercice dans le traitement de troubles physiques et mentaux (voir Activité physique et santé générale, p. 108). Il y a également un grand nombre de travaux portant sur des populations normales et ayant pour objet les facteurs qui contribuent à la poursuite d'une activité physique régulière et à son abandon. On a démontré que l'engagement initial est lié à la motivation personnelle, aux attitudes à l'égard de l'activité physique, à l'auto-appréciation des aptitudes, et à des sentiments d'autoresponsabilité en matière de santé. Ces attitudes et perceptions sont également des facteurs importants en ce qui a trait à la persévérance d'un sujet, car il est fort probable que l'exercice régulier les renforce (Riddle, 1980; Dishman, 1980; Sonstroem, 1982). Parmi les autres facteurs en cause, notons: l'absence de blessures, l'appui et les fonctions de modèle de rôle offerts par des personnes que l'on tient en grande estime (proches, amis), la proximité des installations d'exercice, et l'atteinte des objectifs fixés (Sachs, 1982a, 1982b). Si les études mentionnées ici portaient à la fois sur les hommes et les femmes, elles n'ont toutefois que survolé la question des écarts entre les sexes sans examiner à fond les variables de la classe et de la race ou ethnie. Dans une étude récente (1984), Laberge et ses collaborateurs se sont arrêtés plus longtemps sur ces variables.

Le concept d'«accoutumance positive», proposé par Glasser en 1976, a été invoqué souvent pour justifier l'activité physique régulière, plus particulièrement les programmes d'entraînement des coureurs de fond. Dès 1979, la recherche psychologique s'arrêtait à la possibilité d'une «accoutumance négative», et le débat qui en a découlé entre coureurs et non-coureurs n'est pas encore réglé (Vaughan, 1982; Sachs, 1982a). Morgan (1981) a décrit des cas d'accoutumance négative chez des individus qui ne peuvent fonctionner sans exercice quotidien et qui présentent des symptômes de sevrage (anxiété, culpabilité, dépression) s'ils ne peuvent faire leur exercice. Une étude de 1983 signalait certaines des différences importantes observées entre les deux sexes et précisait que l'accoutumance négative et le sevrage étaient plus élevés chez les marathoniennes, en apportant toutefois la réserve que les femmes hésitaient peut-être moins que les hommes à exprimer leurs sentiments (Summers et coll., 1983). Une étude de 1977 à laquelle Sachs (1982b) a fait référence révélait un taux accru de divorce chez les coureurs de marathon, mais n'établissait aucun rapport de causalité. Les liens signalés entre la course et la pression mise sur les relations conjugales doivent être interprétés avec circonspection : chez la femme, l'engagement à l'égard d'un programme d'entraînement peut en effet être une manifestation, et non pas la cause, de la décision de consacrer une partie de son temps et de son énergie à ses propres intérêts et objectifs plutôt qu'à sa famille.

Des études récentes continuent de faire ressortir des différences importantes sur le plan de la motivation, des intérêts, des valeurs, des priorités et des objectifs dans le domaine sportif et les activités physiques entre les hommes et les femmes. En général, les filles et les femmes ont tendance à accorder plus de prix à l'expérience sociale (plaisir et amitié) et aux bienfaits pour leur santé des activités sportives, beaucoup plus que les garçons et les hommes qui préfèrent l'aspect compétition. La plupart de ces études font appel à des méthodes quantitatives et ne recherchent pas les raisons de ces différences ni ne montrent comment ces différences sont réellement démodées dans le contexte sportif. Toutefois, la recherche connexe sur l'influence exercée par les camarades sur la socialisation dans le domaine sportif, apporte d'autres explications (voir Les pairs, p. 44).

Atkins, C.J. et al. Behavioral exercise programs in the management of chronic obstructive pulmonary disease. *Journal of consulting and clinical psychology 52(4), 1984, 591-603.*

Biddle, S.J.H.; Bailey, C.I.A. Motives for participation and attitudes toward physical activity of adult participants in fitness programs. *Perceptual and motor skills 61 (3), 1985, 831-834.* SIRC/CDS, SIRLS

Butt, D.S. Psychological motivation and sports performance in world class women field hockey players. *International journal of women's studies 8 (4), 1985, 328-337.* SIRC/CDS, SIRLS

Carter, J. A. et al. Locus of control, fitness values, success expectations and performance in a fitness class. *Perceptual and motor skills 65 (3), 1987, 777-778.* SIRC/CDS, SIRLS

Cooper, M.A. et al. Attitudes toward physical activity of elite cerebral palsied athletes. *Adapted physical activity quarterly 3 (1), 1986, 14-21.* SIRC/CDS, SIRLS

Dishman, R.K. et al. Self-motivation and adherence to habitual physical activity. *Journal of applied social psychology 10(2), 1980, 115-132.* SIRC/CDS, SIRLS

Ferguson, R.M.; Bunker, L.K. Running dedication in women: a follow-up report. *Melpomene report 4 (1), 1985, 17-18.* SIRC/CDS

Ferguson, R.M.; Bunker, L.K. Running dedication in women: a follow-up report. *Melpomene report 4 (1), 1985, 17-18.* SIRC/CDS

Gould, D. et al. Motives for participating in competitive youth swimming. *International journal of sport psychology 16 (2), 1985, 126-140.* SIRC/CDS, SIRLS

Johnsgard, K. The motivation of the long distance runner: I. *Journal of sports medicine and physical fitness 25 (3), 1985, 135-139.* SIRC/CDS, SIRLS

Johnsgard, K. The motivation of the long distance runner: II. *Journal of sports medicine and physical fitness 25 (3), 1985, 140-143.* SIRC/CDS, SIRLS

Kircher, M.A. Motivation as a factor of perceived exertion in purposeful versus nonpurposeful activity. *American journal of occupational therapy 38(3), 1984, 165-170.*

Laberge, S. et al. Sociocultural aspects of regular physical activity of non-athlete women. *Unpublished paper, 1984, 1-12.* SIRC/CDS

Lawrence, R.M. Psychological aspects of exercise. *In, Bove, A.A., and Lowenthal, D.T. eds., Exercise medicine: physiological principles and clinical applications. New York: Academic Press, 1983, p. 335-346.* SIRC/CDS

Lutter, J.M.; Lutter, L.D. Exercise patterns of women aged 46-76: current physical activity compared with youthful patterns. *Maturitas 6(2), 1984, 143-144.* SIRC/CDS, SIRLS

Martin, J.E. et al. Behavioral control of exercise in sedentary adults: studies 1 through 6. *Journal of consulting and clinical psychology 52 (5), 1984, 795-811.*

Martin, J.E.; Dubbert, P.M. Exercise applications and promotion in behavioral medicine: current status and future directions. *Journal of consulting and clinical psychology 50(6), 1982, 1004-1017.*

Mathes, S.A.; Battista, R. College men's and women's motives for participation in physical activity. *Perceptual and motor skills 61 (3), 1985, 719-726.* SIRC/CDS, SIRLS

McAuley, E. Success and causality in sport: the influence of perception. *Journal of sport psychology 7 (1), 1985, 13-22.* SIRC/CDS, SIRLS

McCready, M.L.; Long, B.C. Locus of control, attitudes toward physical activity, and exercise adherence. *Journal of sport psychology 7 (4), 1985, 346-359.* SIRC/CDS, SIRLS

Morgan, W.P. Negative addiction in runners. *Physician and sportsmedicine 7(2), 1979, 56-63; 67-70.* SIRC/CDS

Morgan, W.P. Psychophysiology of self-awareness during vigorous physical activity. *Research quarterly 52(3), 1981, 385-427.* SIRC/CDS

Riddle, P.K. Attitudes, beliefs, behavioral intentions, and behaviors of women and men toward regular jogging. *Research quarterly 51(4), 1980, 663-674.* SIRC/CDS, SIRLS

Sachs, M.L. Change agents in the psychology of running. *In, Sports medicine - sports science: bridging the gap. Lexington, Mass.: Collamore Press, 1982a, p. 17-26.* SIRC/CDS, SIRLS

Sachs, M.L. Compliance and addiction to exercise. *In, Cantu, R.C. ed., Exercising adult. Lexington, Mass.: Collamore Press, 1982b, p. 19-27.* SIRC/CDS, SIRLS

Simmons, D.D.; Dickinson, R.V. Measurement of values expression in sports and athletics. *Perceptual and motor skills 62 (2), 1986, 651-658.* SIRC/CDS, SIRLS

Sonstroem, R.J. Attitudes and beliefs in the prediction of exercise participation. *In, Sports medicine - sports science: bridging the gap. Lexington, Mass.: Collamore Press, 1982, p. 3-16.* SIRC/CDS, SIRLS

Summers, J.J. et al. Psychosocial factors related to marathon running. *Journal of sport psychology 5(3), 1983, 314-331.* SIRC/CDS, SIRLS

Varca, P.E. et al. A longitudinal investigation of sport participation and life satisfaction. *Journal of sport psychology 6(4), 1984, 440-447.* SIRC/CDS, SIRLS

Vaughan, L.K. Effects of exercise on the psychological condition of the female athlete. *In, Sports medicine - sports science: bridging the gap. Lexington, Mass.: Collamore Press, 1982, p. 73-81.* SIRC/CDS, SIRLS

Wankel, L.M. et al. The effects of motivational interventions upon the exercise adherence of high and low self-motivated adults. *Canadian journal of applied sport sciences 10 (3), 1985, 147-156.* SIRC/CDS, SIRLS

Worsley, A.; Coonan, W. Ten year old's attributions towards common physical activities. *Australian journal of science & medicine in sport 16 (4), 1984, 24-30.* SIRC/CDS, SIRLS

Questions d'ordre moral : agressivité, infraction à la règle et violence

En ce qui concerne la femme et la violence sociale, Smith (1983) a démontré en partie le bien-fondé de l'affirmation voulant que le taux de violence grimpe plus rapidement chez les femmes que chez les hommes; il s'est ensuite arrêté sur certains des motifs pouvant expliquer cette tendance. En premier lieu, l'hypothèse de «l'égalité d'accès» laisse entendre que la plus grande liberté et l'accès accru à des rangs sociaux autrefois réservés aux hommes ont multiplié pour la femme les occasions de violence. Dans le contexte du sport, on peut affirmer que la participation féminine accrue aux sports de contact et de combat au cours de la dernière décennie a augmenté les possibilités de contacts corporels — et donc de violence — pour les jeunes filles et les femmes. Smith a toutefois conclu que la question n'a pas été étudiée suffisamment à fond pour que l'on puisse confirmer ou infirmer cette affirmation. Qui plus est, les effets médiateurs de la classe, de la race et de l'ethnie restent à étudier.

Une autre explication possible de l'intensification de la violence sociale chez la femme est l'hypothèse de «la masculinité féminine», selon laquelle cette tendance résulte de la masculinisation de la femme, les sports de contact représentant un des agents du processus. Dans deux études de 1979, on constatait l'existence d'un lien étroit entre une note élevée sur une échelle de masculinité et des actes de violence — résultat qui, en lui-même, ne prouve toutefois pas une relation de causalité (Smith, 1983). Une explication analogue — quoique opposée — a été proposée par quelques tenants de l'approche «participation distincte mais comparable» qui soutiennent qu'un sport organisé par des femmes, pour des femmes, n'est pas aussi violent (ni aussi élitiste ou compétitif) qu'un sport masculin, possiblement en raison de qualités «féminines» qui font de la femme un être plus moral, plus coopératif que l'homme. De telles explications suggèrent des stéréotypes masculins et féminins, mais font abstraction de la nature androgyne de la personnalité de l'homme et de la femme.

Selon Pilz, les domaines du sport féminin — sans oublier les récentes épreuves olympiques pour femmes — qui se sont le plus développés sont des activités qui permettent la violence expressive (actes violents autorisés par le règlement) et des sports où la violence instrumentale (actes violents interdits par le règlement) est très fréquente. À titre d'exemples, citons : le basketball, le handball, le hockey sur gazon, le soccer et le football (Pilz, 1982). Ces deux formes de violence peuvent également être qualifiées d'agressivité et d'infraction à la règle.

Des données recueillies en République fédérale d'Allemagne et en Amérique du Nord sur les taux de participation féminine corroborent jusqu'à un certain point l'hypothèse formulée par Pilz au sujet de l'intensification de l'agressivité féminine; ces tendances observées dans les sports de contact sont peut-être toutefois attribuables à l'abolition des obstacles officiels à la participation féminine plutôt qu'au goût de la femme pour la violence expressive. Une étude menée en Irlande auprès de joueuses de hockey sur gazon a révélé que l'agressivité était plus prononcée aux niveaux élevés de compétition.

Une étude américaine portant sur un thème connexe — en l'occurrence, l'agressivité verbale — a permis de documenter diverses formes de violence verbale observées chez des équipes féminines adverses de rugby dans un État du Midwest (Kerr et Kelly, 1982; Sherry, 1980; Graydon, 1982).

Des études allemandes ont également démontré l'existence d'une violence instrumentale en révélant, par exemple, que des jeunes joueuses de soccer contreviennent au règlement par des actes de violence aussi souvent que leurs homologues masculins (Pilz, 1982). Les données américaines ne sont pas aussi convaincantes; Smith ne cite en effet que quelques rares incidents isolés de violence instrumentale relatés dans les journaux à propos du sport féminin.

Souvent menée par le truchement de questionnaires écrits, la recherche sur les attitudes féminines à l'égard des infractions au règlement a moins de valeur que l'observation réelle du comportement de la sportive; cependant, en l'absence de recherche qualitative, cette approche permet de recueillir quelques données pertinentes. D'après l'interrogation de jeunes joueurs allemands de soccer, Pilz a constaté que les filles ne tentaient pas autant que les garçons de légitimer leur conduite violente (Pilz, 1982). Dans une même veine, l'étude menée par Silva auprès d'athlètes et de non-athlètes dans des universités américaines, a révélé des différences importantes dans la façon dont un comportement contraire au règlement est perçu par les deux sexes. On a reconnu un lien positif et linéaire entre, d'une part, des variables telles que le nombre d'années de socialisation en milieu sportif et le niveau de compétition atteint et, d'autre part, les perceptions masculines de légitimité, tandis que — dans toutes les catégories — la majorité des sujets féminins percevaient sans exception l'infraction au règlement comme étant un comportement inacceptable (Silva, 1983). Au sujet de questions connexes — c'est-à-dire des attentes des athlètes en matière de justice sociale — Duquin (1984a) a précisé que les femmes ressentaient davantage l'injustice que les hommes et reprochaient plus souvent les cas d'injustice envers des athlètes aux organisations responsables.

Pour étudier la question générale des perspectives morales des athlètes, Bredemeier (1983) et Duquin (1984b) ont adopté une approche plus qualitative et ont reconnu les raisons présentées par Carol Gilligan (1982) et d'autres au sujet d'un développement moral spécifique à chaque sexe. On a affirmé que la femme considère l'agressivité comme une menace contre un monde social sûr, car elle perturbe les rapports humains. Par conséquent, la femme est plus portée vers l'altruisme. Quant à l'homme, pour qui l'agressivité est un état endémique dans les rapports humains, il est plus porté vers l'égoïsme. Pour l'homme, l'agressivité organisée et codifiée d'une activité à caractère compétitif comme le sport, qui est assujettie à l'éthique des règlements et des droits, peut constituer un mode sûr de relation interhumaine, tandis que la femme peut y voir une menace dirigée contre cette relation.

Même si la différenciation nette des deux sexes suggérée par ce modèle n'est pas entièrement corroborée par la recherche relative au sport, les études mentionnées révèlent l'existence d'importantes différences entre les deux sexes. Il appert également que des tendances à l'égoïsme ou à l'altruisme sont d'origine sociale et non pas innées : par exemple, la familiarité des athlètes et entraîneurs masculins avec le monde du sport universitaire aux États-Unis explique probablement en partie pourquoi ils font preuve d'un cynisme apparent, tandis que les sujets féminins ont pour la plupart des attitudes qui laissent plus de place à la sensibilité et à la confiance. Toute explication faisant abstraction des aspects acquis de tels comportements risque d'être mal interprétée par les tenants de l'approche de la «participation distincte mais comparable», qui pourraient soutenir que l'aversion inhérente à la femme pour le sport agressif et compétitif justifie le déséquilibre actuel dans le financement du sport consacré aux jeunes filles et aux femmes et dans les occasions qui leur sont offertes de participer à des compétitions.

Bredemeier (1983) a souligné que les approches traditionnelles adoptées dans la recherche sur le développement moral ne permettent pas de définir le raisonnement précis qui amène l'athlète féminine à percevoir comme illégitime la violence dans le sport : elle peut réagir par intérêt personnel (pour éviter un danger), par morale normative (en considérant la violence comme un comportement contraire à l'esprit sportif) ou par morale non violente (en se protégeant elle-même et en protégeant les autres). Les questions ouvertes de l'étude de Duquin (1984b) jettent une certaine lumière sur le fondement des réponses des hommes et des femmes à des dilemmes moraux concernant le non-respect des droits des athlètes par des organismes de sport. Dans leurs réponses, 63 p. cent des monitri-

ces, ainsi que des athlètes et des non-athlètes féminines, invoquaient l'altruisme, comparativement à 45 p. cent des hommes. Quant à l'intérêt personnel, 22 p. cent des réponses des femmes en faisaient état, comparativement à 38 p. cent de celles des hommes. Parmi tous les groupes, ce sont les monitrices qui ont manifesté la tendance la plus marquée vers l'altruisme et les athlètes masculins, l'inclination la plus faible.

Bredemeier, B.J. Athletic aggression: a moral concern. *In, Goldstein, J.H. eds., Sports violence. New York: Springer-Verlag, 1983, p. 47-81.* SIRC/CDS, SIRLS

Bredemeier, B.J.; Shields, D.L. Moral growth among athletes and nonathletes: a comparative analysis. *Journal of genetic psychology 147 (1), 1986, 7-18.* SIRLS

Bredemeier, B.J. Moral reasoning and the perceived legitimacy of intentionally injurious sport acts. *Journal of sport psychology 7 (2), 1985, 110-124.* SIRC/CDS, SIRLS

Bredemeier, B.J. et al. The relationship between children's legitimacy judgments and their moral reasoning, aggression tendencies, and sport involvement. *Sociology of sport journal 4 (1), 1987, 48-60.* SIRC/CDS, SIRLS

Cacioppo, J.T.; Lowell, C.A. Sex differences in the aspects of team sport participation viewed as enjoyable. *Journal of sport psychology 3(3), 1981, 190-195.* SIRC/CDS, SIRLS

Crossman, J.E. Spectators' behavior at Minor League Hockey Games; an exploratory study. *Perceptual and motor skills 63 (2), 1986, 803-812.* SIRC/CDS, SIRLS

Di Berardinis, J.D. et al. Enhanced interpersonal relation as predictor of athletic performance. *International journal of sport psychology 14(4), 1983, 243-251.* SIRC/CDS, SIRLS

Duquin, M. Perceptions of fairness in sport: conflicts in psychological orientations. *Paper presented at the AAHPERD Conference, 1984b.* SIRLS

Duquin, M.E. Social justice in sport: the norm of expected inequity. *In, Theberge, N. and Donnelly, P. eds., Sport and the sociological imagination. Fort Worth, Tex.: Texas Christian University Press, 1984a, p. 177-189.* SIRC/CDS, SIRLS

Gilligan, C. In a different voice. Cambridge: Harvard University Press, 1982.

Graydon, J. How women are expressing the need to achieve and the will to win. Feminity and aggression on court. *Squash player international 11(2), 1982, 22-24.* SIRC/CDS

Kerr, J.H.; Kelly, N. Aggression in women's hockey. *Action: British journal of physical education 13(5), 1982, 146.* SIRC/CDS, SIRLS

Pilz, G.A. Changes of violence in sport. *International review of sport sociology 17(4), 1982, 47-71.* SIRC/CDS, SIRLS

Rainey, D.W. A gender difference in acceptance of sport aggression: a classroom activity. *Teaching of psychology 13 (3), 1986, 138-140.* SIRLS

Sabo, D.F.; Runfola, R. Violence, sport, and masculinity. *In, Sabo, D.F. and Runfola, R. eds., Jock: sports and male identity. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice Hall, 1980, p. 111-157.* SIRLS

Sherry, J.F. Verbal aggression in rugby ritual. *In, Schwartzman, H.B. ed., Play and culture. West Point, N.Y.: Leisure Press, 1980, p. 139-150.* SIRC/CDS, SIRLS

Silva, J.M. The perceived legitimacy of rule violating behavior in sport. *Journal of sport psychology 5(4), 1983, 438-448.* SIRC/CDS, SIRLS

Smith, M. Female violence. *In, Smith, M., Violence and sport. Toronto: Butterworths, 1983, p. 52-61.* SIRLS

Wall, B.R.; Gruber, J.J. Relevancy of athletic aggression inventory for use in women's intercollegiate basketball: a pilot investigation. *International journal of sport psychology 17 (1), 1986, 23-33.* SIRC/CDS, SIRLS

Chapitre quatre

Considérations d'ordre physiologique

Critique féministe de la science

La méthode scientifique d'obédience masculine a fait l'objet de nombreuses critiques féministes que contestent l'ordre hiérarchique en vertu duquel les disciplines scientifiques dites dures ou objectives, telles la physique, la chimie et la biologie, occupent un rang supérieur à celui des disciplines douces, comme la psychologie et la sociologie. Selon Hubbard (1983), la biologie humaine ne peut être analysée ou appréciée en dehors du contexte social, mais évolue plutôt en liaison réciproque et dialectique avec les modes de vie adoptés par les humains en société.

L'habitude de considérer le sexe comme un déterminant primordial ou unique des caractéristiques de la biologie humaine aboutit à une explication erronée ou incomplète des processus responsables des différences entre les individus ou les groupes; des études transculturelles ont montré, par exemple, que ces différences sont tout aussi bien, sinon mieux expliquées par des variables socio-culturelles ou par des variables liées au sexe. En outre, la pratique selon laquelle on attribue aux femmes des rôles sociaux précis découlant de généralisations injustifiées sur la «nature des femmes» s'appuie sur un fondement idéologique : elle permet en effet de tenir les femmes à l'écart de certains domaines où leur arrivée risquerait de compromettre les privilèges et les pouvoirs qui sont actuellement l'apanage des hommes. Le sport est un bon exemple de domaines où l'on peut voir ce processus s'exercer (Benston, 1982; Hubbard, 1983; Lowe, 1983; Bleier, 1984; Keller, 1985).

Beldecos, A. et al. The importance of feminist critique for contemporary cell biology. *Hypatia 3 (1), 1988, 61-76.*

Benston, M. Feminism and the critique of scientific method. *In, Miles, A. Finn, G. eds., Feminism in Canada: from pressure to politics. Montreal: Black Rose Books, 1982, p. 46-66.*

Birke, L.; Vines, G. Beyond nature versus nurture: process and biology in the development of gender. *Women's studies international forum 10 (6), 1987, 555-570.*

Bleier, R. Science and gender. New York: Pergamon Press, 1984.

Bleir, R. Feminist approaches to science. New York: Pergamon, 1986.

Brown, B. Sport science and the myth of women's sport. *Resources for feminist research 15 (3), 1986, 31-33.*

Faulkner, W. Smothered by invention: technology in women's lives. London: Pluto, 1985.

Fee, E. Women's nature and scientific objectivity. *In, Lowe, M. and Hubbard, R. eds., Woman's nature: rationalizations of equality. New York: Pergamon Press, 1983, p. 9-27.*

Franklin, U. Will women change science or will science change women? Les femmes changeront-elles la technique ou est-ce la technique qui changera les femmes? *CRIAW/ICREF no. 9, 1986.*

Ginzberg, R. Uncovering the gynocentric science. *Hypatia 2 (3), 1987, 89-106.*

Harding, S. The method question. *Hypatia 2 (3), 1987, 19-36.*

Harding, S.; O'Barr, J. Sex and scientific inquiry. Chicago: University of Chicago Press, 1987.

Hubbard, R. Biological woman. Cambridge, Mass.: Schenkman Publishers, 1982.

Hubbard, R. Science, facts and feminism. *Hypatia 3 (1), 1988, 5-17.*

Hubbard, R. Social effects of some contemporary myths about women. *In, Lowe, M. and Hubbard, R. eds., Woman's nature: rationalizations of equality. New York: Pergamon Press, 1983, p. 1-8.*

Keller, E. The gender/science system. *Hypatia 2 (3), 1987, 37-50.*

Keller, E.F. Reflections on gender and science. Newhaven, Conn.: Yale, 1985.

Lefebvre, Y. On the treatment of the sexes in scientific research. *In, Tomm, W. and Hamilton, G. eds., Gender bias in scholarship. Waterloo: Wilfrid Laurier University Press, 1988, p. 131-145.*

Longino, H. Can there be a feminist science? *Hypatia 2 (3), 1987, 51-64.*

Mura, R. À la recherche de la subjectivité dans le monde des sciences: points de vue féministes. *Document de ICREF no. 21, 1988.*

Ready, E. Fitness is (al)so a feminist issue. *Action 7 (2), 1989, 19-21.*

Rosser, S. Feminist scholarship in the sciences. *Hypatia 2 (3), 1987, 5-18.*

Rosser, S. Good science: can it ever be gender free? *Women's studies international forum 11 (1), 1988, 13-19.*

Rosser, S. Teaching science and health from a feminist perspective: a practical guide. New York: Pergamon, 1987.

Sayers, J. Feminism and science — reason and passion. *Women's studies international forum 10 (2), 1987, 171-179.*

Women and sciences. Femmes et sciences. *Resources for feminist research/Documentation sur la recherche féministe 15 (3), 1986.*

Introduction

Il est impossible de traiter, dans ce chapitre, de tous les aspects de la physiologie qui ont un rapport avec la performance sportive des femmes; une telle entreprise exigerait un livre entier à elle seule, et il y a d'autres ouvrages qui s'acquittent adéquatement de cette tâche. Le but du présent chapitre est d'exposer et d'examiner un certain nombre de sujets relevant de la physiologie, notamment en ce qui a trait à leur pertinence vis-à-vis des questions socio-culturelles mises en relief dans les chapitres précédents, et d'élaborer une perspective qui, en étant axée sur la femme, fera contrepoids à l'approche masculine et à l'importance particulière accordée dans ce domaine aux différences entre sexes.

Les sections bibliographiques renvoient à des sources plus spécialisées et à des comptes rendus utiles, notamment celui de Drinkwater (1984). Un ouvrage récent, *Women, Sport and Performance: A Physiological Perspective*, (Wells, 1985), est recommandé pour l'analyse détaillée et complète qu'on y présente de la documentation sur des questions d'ordre physiologique (Parties I, IV et V), encore qu'il partage avec bon nombre d'autres travaux du même genre une préoccupation pour les différences sexuelles. Plus stimulant, le livre de Kenneth Dyer, *Challenging The Men*, (1982) analyse les facteurs biologiques, psychologiques et socio-culturels qui influent sur la performance féminine dans le sport (voir aussi Dyer, 1989).

La quasi-totalité des auteurs de ces ouvrages ont comme caractéristique commune de comparer l'anatomie, la physiologie et les performances féminines à des standards élaborés à partir de sujets de sexe masculin. Cette tendance de la recherche liée au sport n'est pas surprenante si l'on considère que la presque totalité des activités définies comme activités sportives dans les sociétés occidentales se caractérisent par l'importance accordée à la trilogie «toujours plus rapide, plus haut, plus fort». Si le but de la performance sportive était d'atteindre l'excellence dans la souplesse, la grâce et la coordination, les textes qui traitent de physiologie pourraient fort bien se lire différemment, les caractéristiques masculines étant alors comparées à des normes fondées sur l'idéal féminin. De plus, toute comparaison qui ignore les obstacles historiques et actuels d'une participation intégrale des femmes, obstacles allant des restrictions imposées par les parents sur les jeux des filles à la pratique de la discrimination sexuelle dans les sports, est à la fois injuste et non valide.

Une nouvelle tendance se dessine chez certains chercheurs spécialisés en physiologie et en biologie : Dyer, par exemple, a récemment étudié les taux d'amélioration obtenus chez les hommes et les femmes depuis les années 30, au lieu de se concentrer exclusivement sur des comparaisons entre les niveaux de performance féminine et masculine. Cet auteur estime que les différences

entre sexes dans les épreuves de course, de nage et de cyclisme disparaîtront dans les deux ou trois prochaines décennies (Dyer, 1982, 1989). En ce qui concerne l'équité dans les compétitions sportives, il a été avancé que, à l'échelle internationale, les races et les groupes ethniques dont les représentants ont une grande taille bénéficient d'avantages certains. Ainsi, les exigences physiques propres au basketball, au volleyball et à l'aviron désavantageraient les Asiatiques, les Latino-américains et certains sous-groupes d'athlètes africains; de toute évidence, les différences de taille entre les sexes ont les mêmes effets défavorables (Khosla, 1983). De façon analogue, la notion de record sportif mondial implique certaines conditions préalables de liberté et d'égalité qui ne sont pas appliquées universellement : par exemple, environ un pays participant sur quatre n'envoie pas d'athlètes féminins aux Jeux olympiques, ce qui a pour effet de remettre en question le bien-fondé et l'équité des comparaisons entre records sportifs masculins et records sportifs féminins.

En résumé, une démarche axée sur la physiologie de l'exercice chez la femme, requiert une approche interdisciplinaire, et la prise en considération de la propre perception des femmes, de leurs préférences et de leurs expériences. Elle exige également que l'on soit capable de reconnaître la présence ou l'absence de différences entre les sexes et de savoir les interpréter, d'évaluer le rôle que joue l'anatomie, la physiologie et la performance féminines dans cette population (au lieu de s'attarder au sujet de préoccupations habituelles de comparaisons entre les sexes). Quelques-uns des auteurs d'un texte récent : *Women and Exercise : Physiology and Sports Medicine* (Shangold et Mirkin, édition 1988) respectent ces critères car ils utilisent des modèles adaptatifs, multi-critères et reconnaissent l'interaction des facteurs biologiques, physiologiques et socio-culturels (par exemple, Katz, Malina), mais d'autres adoptent une approche médicale traditionnelle et rejettent l'expérience des femmes (voir Le milieu médical et le mouvement pour la santé de la femme, p. 149).

de Mondenard, J.P. La femme peut-elle dépasser l'homme? Mythe ou réalité. *Cinésiologie 102, juil/août 1985, 256-268.* CDS/SIRC

Drinkwater, B.L. Women and exercise: physiological aspects. *Exercise and sport sciences reviews 12, 1984, 21-51.* SIRC/CDS

Dyer, K.F. Challenging the men: the social biology of female sporting achievement. St. Lucia, Qld.: University of Queensland Press, 1982. SIRC/CDS, SIRLS

Dyer, K.F. Making up the difference - some explanations for recent improvements in women's athletic performances. *Search 16 (9/12), 1985, 264-269.* SIRC/CDS

Dyer, K.F. The trend of the male-female differential in various speed sports. 1936-84. *Journal of biosocial science 18 (2), 1986, 169-177.* SIRC/CDS

Dyer, K.F. ed. Sportswomen towards 2000. Adelaide: University of Adelaide, South Australia, 1989.

Khosla, T. Sport for tall. *British medical journal (clinical research) 287(6394), 10 Sept 1983, 736-738.* SIRC/CDS

Shangold, M.M.; Mirkin, G. Women and exercise: physiology and sports medicine. Philadelphia, Penn.: F.A. Davis, 1988. SIRC/CDS

Wells, C.L. Women, sport, and performance: a physiological perspective. Champaign, Ill.: Human Kinetics Publishers, 1985. SIRC/CDS

Activité physique et santé générale

La plupart des bienfaits pour la santé qui découlent d'une activité physique régulière sont communs aux hommes et aux femmes : maintien à leur niveau optimal du poids et de la constitution corporelles, prévention des maladies coronariennes et amélioration du métabolisme des graisses et des glucides. En fait, les maladies coronariennes, l'obésité, l'anxiété, les douleurs lombaires basses et d'autres affections ont été surnommées les maladies de l'hypokinésie, c'est-à-dire de l'inactivité (Haskell et Superko, 1984; Harvey et Harvey, 1981). Étant donné qu'il a été établi que les femmes sont plus sédentaires que les hommes, il s'ensuit que cela entraîne des conséquences spéciales sur leur santé.

Bien que l'incidence des cardiopathies soit plus élevée chez les hommes que chez les femmes, leurs taux sont actuellement en voie d'augmentation chez ces dernières, pour qui des concentrations élevées du cholestérol sanguin, l'hypertension artérielle et l'usage de la cigarette, particulièrement en association avec l'emploi de contraceptifs oraux, constituent des facteurs de risque importants. Des chiffres obtenus récemment montrent que les jeunes femmes sont plus nombreuses que les jeunes hommes à commencer à fumer et que les hommes sont plus nombreux que les femmes à cesser l'usage du tabac. Ces constatations expliquent en partie l'incidence croissante des maladies coronariennes et le lien évident avec les taux de mortalité par cancer du poumon observés chez les femmes (Jacobson, 1981).

Il a été démontré qu'il y avait une association entre l'amélioration de la condition physique et une réduction des facteurs de risque de maladies coronariennes chez les femmes. En plus de bénéficier d'une réduction de leur concentration de cholestérol sanguin, les femmes qui s'adonnent à une activité physique, notamment à la course de fond, au tennis et à l'aviron, élaborent des concentrations plus élevées de lipoprotéines de haute densité, un facteur de protection important contre les maladies coronariennes (Gibbons et coll., 1983; Moore et coll., 1983; Drinkwater, 1984). Parmi les autres avantages de l'exercice physique pour la santé, mentionnons l'abaissement de la pression sanguine et l'amélioration du métabolisme des lipides et des glucides (Haskell et Superko, 1984).

Bien qu'il soit possible que l'activité physique elle-même agisse comme un facteur précipitant dans l'apparition de complications cardiovasculaires, notamment chez les individus atteints d'une maladie coronarienne, on considère généralement que les avantages de l'exercice surpassent les risques qu'il comporte (Vander, 1982). La presse spécialisée recommande de façon systématique de procéder à des examens médicaux avant d'entreprendre un programme d'exercices, mais il est également reconnu que même les épreuves d'effort ne permettent pas de repérer la totalité des risques cardiaques potentiels. Les autres risques pour la santé liés à l'activité physique peuvent être maîtrisés, pour la plupart : mentionnons notamment le coup de chaleur et les blessures orthopédiques (voir Blessures, p. 142).

Comme c'est le cas avec l'exercice physique et l'obésité, les ouvrages de médecine comportementale qui traitent de l'exercice physique comme moyen de prévenir ou de traiter les maladies coronariennes et d'autres affections insistent sur la maîtrise du comportement et sur les difficultés de respecter un programme régulier d'exercices physiques. Comme on pouvait s'y attendre, certaines études ont révélé que l'appui social, c'est-à-dire le fait que des membres de la famille ou des amis s'adonnent également à l'exercice physique, représentait un facteur clé, et qu'un facteur purement psychologique comme l'attitude vis-à-vis de l'exercice n'était pas relié de façon significative à l'abondon de l'exercice (King et Frederikson, 1984; Martin et Dubbert, 1982). Il est toutefois possible que les méthodes quantitatives fréquemment utilisées en recherche psychologique pour évaluer les attitudes, les croyances et les motivations ne parviennent pas à nous donner une image complète du contexte nécessaire à la participation au sport (voir Considérations d'ordre psychologique, p. 92).

Deux récentes études (Frish et coll. 1987; Wyshak et coll. 1986) montrent une plus faible prévalence de la durée de vie du cancer du sein et du système génital, ainsi qu'une plus faible prévalence des affections bénignes du sein et du système génital, chez les anciennes sportives de niveau collégial par rapport aux non-sportives. Les chercheurs avancent l'idée qu'il existe des liens entre l'apparition tardive des premières règles et la ménopause précoce chez les sportives (dû en partie à leur maigreur) et le risque élevé de cancer du sein et de l'endomètre, ainsi qu'entre la ménopause précoce, tardive et une obésité relative plus grande. Les régimes pauvres en graisse et les facteurs de libre sélection qui influent sur la participation sportive peuvent également expliquer en partie ces tendances.

Atkins, C.J. et al. Behavioral exercise programs in the management of chronic obstructive pulmonary disease. *Journal of consulting and clinical psychology 52(4), 1984, 591-603.*

Bale, P.; White, M. Effects of smoking on the health and sleep of sportswomen. *British journal of sports medicine 16(3), 1982, 149-153.* SIRC/CDS

Boutilier, M.; SanGiovanni, L. Women and sports: reflections on health and policy. *In, Lewin, E. and Olesen, V. eds., Women, health and healing: toward a new perspective. New York: Tavistock, 1985, p. 209-235.*

Dagenais, H. Condition féminine, rapports hommes-femmes et tabagisme: ou pourquoi l'habitude de fumer devrait être une préoccupation féministe. *Les cahiers de recherche du Gremf, no. 2.* Québec: Université Laval, n.d.

Drinkwater, B.L. Women and exercise: physiological aspects. *Exercise and sport sciences reviews 12, 1984, 21-51.* SIRC/CDS

Frisch, R.E. et al. Lower lifetime occurrence of breast cancer and cancers of the reproductive system among former college athletes. *American journal of clinical nutrition 45 (1 Suppl), 1987, 328-335.*

Frisch, R.E. et al. Lower prevalence of breast cancer and cancers of the reproductive system among former college athletes compared to non-athletes. *British journal of cancer 52 (6), 1985, 885-891.*

Gibbons, L.W. et al. Association between coronary heart disease risk factors and physical fitness in healthy adult women. *Circulation 67(5), 1983, 977-983.* SIRC/CDS

Harvey, M.A.; Harvey, W.A. Running: immunization against the diseases of hypokinesis. *Topics in clinical nursing 3(2), 1981, 41-51.*

Haskell, W.; Superko, R. Designing an exercise program for optimal health. *Family and community health 7 (1), 1984, 72-88.*

Heale, J.A.; Wearring, G. The most fit and the least fit: is there really a difference? *CAHPER journal 49 (4), 1983, 20-24.* SIRC/CDS

Jacobson, B. The Ladykillers: why smoking is a feminist issue. *Part I, The sexual politics of smoking: why women smoke. London: Pluto, 1981, p. 1-74.*

Jette, M. Participation of Canadian employees in physical activity. *Canadian journal of public health 71(2), 1980, 109-111.* SIRC/CDS

Juerimaee, T. et al. The effect of similar aerobic gymnastics and running programs on physical working capacity and blood lipids and lipoproteins in female university students. *Sportorvosi szemle/Hungarian review of sports medicine 26 (4), 1985, 251-256.* SIRC/CDS

King, A.; Frederiksen, L. Low-cost strategies for increasing exercise behaviour: relapse preparation training and social support. *Behaviour modification 8 (1), 1984, 3-21.*

MacKeen, P.C. et al. Body composition, physical work capacity and physical activity habits at 18-month follow-up of middle-aged women participating in an exercise intervention program. *International journal of obesity 7(1), 1983, 61-71.* SIRC/CDS

Martin, J.E. et al. Behavioral control of exercise in sedentary adults: studies 1 through 6. *Journal of consulting and clinical psychology 52 (5), 1984, 795-811.*

Martin, J.E.; Dubbert, P.M. Exercise applications and promotion in behavioral medicine: current status and future directions. *Journal of consulting and clinical psychology 50(6), 1982, 1004-1017.*

Millar, W.J.; Wigle, D.T. Socioeconomic disparities in risk factors for cardiovascular disease. *Canadian Medical Association journal 134 (2), 1986, 127-132.* SIRC/CDS

Moore, C.E. et al. Relationship of exercise and diet on high-density lipoprotein cholesterol levels in women. *Metabolism, clinical and experimental 32(2), 1983, 189-196.*

Morgan, D.W. et al. HDL-C concentrations in weight- trained, endurance-trained, and sedentary females. *Physician and sportsmedicine 14 (3), 1986, 166-172;177;180-181.* SIRC/CDS

Ontario. Ministry of Tourism and Recreation. Physical activity patterns in Ontario-II: a research report from the Ministry of Tourism and Recreation. Toronto: Ministry of Tourism and Recreation, 1983. SIRC/CDS, SIRLS

Ross, J. National children and youth fitness study report. *JOPERD 56 (1), 1985, 44-85.*

Rudy, E.B.; Estok, P.J. Intensity of jogging: its relationship to selected physical and psychosocial variables in women. *Western journal of nursing research 5(4), 1983, 325-336.*

Schultz, P. Walking for fitness: slow but sure. *Physician and sportsmedicine 8(9), 1980, 24-27.* SIRC/CDS

Skinner, E.R. et al. The acute effect of marathon running on plasma lipoproteins in female subjects. *European journal of applied physiology and occupational physiology 56 (4), 1987, 451-456.* SIRC/CDS

Strachan, D. Fitness and sexuality. *Fitness leadership 2(1), 1983, 1-4.* SIRC/CDS

Vander, L. et al. Cardiovascular complications of recreational physical activity. *Physician and sportsmedicine 10(6), 1982, 89-93;96;98.* SIRC/CDS

Watterson, V.V. The effects of aerobic dance on cardiovascular fitness. *Physician and sportsmedicine 12(10), 1984, 138-141;144-145.* SIRC/CDS

Wyshak, G. et al. Lower prevalence of benign diseases of the breast and benign tumours of the reproductive system among former college athletes compared to non-athletes. *British journal of cancer 54 (5), 1986, 841-845.*

Activité physique au cours du cycle vital adulte

Bien qu'il soit couramment admis que la performance physique diminue avec l'âge, il est possible que la réduction de l'activité physique régulière observée chez les deux sexes au cours du cycle vital soit un facteur plus important que la dégénérescence physique proprement dite. Étant donné que la préparation à la pratique d'une activité physique soutenue commence dès l'enfance, force nous est de constater que les perspectives qui s'offrent aux femmes âgées sont déjà limitées. Le problème est exacerbé par le point de vue traditionnel, selon lequel le «jeu» est une activité qui sied mal aux adultes et le «sport», une activité peu appropriée pour les femmes. Une autre difficulté vient de la perte de prestige et d'identité sexuelle subie par les femmes après leur ménopause, dans une société où les personnes âgées et les femmes sont victimes de discrimination. Dans ce contexte, il est peu probable que les besoins particuliers des femmes âgées en matière d'activités physiques soient comblés (Winter, 1982; Dulude, 1978; Ostrow et coll., 1981).

Par ailleurs, il a été amplement démontré que les femmes âgées qui s'adonnent à l'activité physique à des niveaux d'intensité suffisamment élevés en retirent des avantages importants sur le plan physiologique, notamment une capacité aérobie accrue, une plus grande souplesse, une réduction de la tension artérielle et du délai de récupération et une incidence plus faible d'ostéoporose (Goertzen et coll., 1984; Massicotte, 1981; Laerum et Laerum, 1982; Levarlet-Joye et Simon, 1983; (voir les rubriques sur l'ostéoporose, p. 113 et p. 156). Bien qu'il soit difficile de distinguer les effets physiologiques de ceux à caractère psychologique, de nombreuses études psychologiques signalent une amélioration de l'estime et de la perception de soi chez les femmes qui s'adonnent à l'activité physique. Ce résultat est particulièrement important pour les femmes âgées, dont bon nombre sont exposées à la solitude et l'ennui à ce stade de leur vie (Wakat et Odom, 1982; Riddick et Daniel, 1984; Lutter et coll., 1984; (voir Considérations d'ordre psychologique, p. 92).

Le problème général de la pauvreté chez les femmes âgées au Canada doit être examiné du point de vue des besoins de ces femmes en matière d'activité physique. Les deux tiers des veuves et des femmes non mariées âgées de plus de 55 ans vivent sous le seuil de la pauvreté. Leurs besoins les plus urgents sont donc rattachés au logement, au transport, aux soins médicaux et aux services sociaux. Dans tous ces secteurs, les

politiques mises en oeuvre ont des conséquences sur les besoins des femmes âgées en matière d'activités physiques, notamment sur le besoin de disposer de programmes et d'installations gratuits et accessibles (Dulude, 1978).

Antoft, S. Helen Levine: we all need to be active. Helen Levine: nous avons toutes besoin d'être actives. *Action 7 (1), 1989, 13-16.*

Boston Women's Health Book Collective. Women growing older. *In, Boston Women's Health Book Collective, The new our bodies, ourselves. New York: Simon & Schuster, 1984, p. 435-472.*

Canada. Fitness and Amateur Sport. Canada. Condition physique et Sport amateur. Condition physique et vieillissement. Fitness and aging. Ottawa: Enquête condition physique Canada/ Canada Fitness Survey, 1983. SIRC/CDS

Canada. Fitness and Amateur Sport. Women's Program. Condition et Sport amateur, Programme pour les femmes. Physical activity and aging: a focus on women. Ottawa: Sport Canada, 1988. SIRC/CDS

Coleman, M. et al. Physical exercise, social background, and the well-being of older adult women. *Perceptual and motor skills 60 (3), 1985, 737-738.* SIRC/CDS, SIRLS

Cowan, M.M.; Gregory, L.W. Responses of pre- and post-menopausal females to aerobic conditioning. *Medicine and science in sports and exercise 17(1), 1985, 138-143.* SIRC/CDS

Curtis, J.E.; White, P.G. Age and sport participation: decline in participation or increased specialization with age? *In, Theberge, N. and Donnelly, P. eds., Sport and the sociological imagination. Fort Worth, Tex.: Texas Christian University Press, 1984, p. 273-293.* SIRC/CDS, SIRLS

Dallaire, H. L'activité physique: une soupape à l'isolement chez la femme vieillissante. *Canadian woman studies/Les cahiers de la femme 4(3), 1983, 47-49.* CDS/SIRC

de Vries, H.A. Tips on prescribing exercise regimens for your older patient. *In, Burke, E.J. ed., Exercise, science and fitness. Ithaca, N.Y.: Mouvement Publications, 1980, p. 121-126.* SIRC/CDS

Del Rey, P. Effects of contextual interference on the memory of older females differing in levels of physical activity. *Perceptual and motor skills 55(1), 1982, 171-180.* SIRC/CDS

Delisle, M.A. Loisir et structuration du temps chez les personnes âgées. *Loisir et société/Society and leisure 5(2), 1982, 387-413.* CDS/SIRC

Doress, P.; Siegal, D. Ourselves growing older. *New York: Simon and Schuster, 1987, Chapter 6, p. 62-78.*

Dulude, L. Justice économique pour les femmes âgées. Who needs pensions? Women do. *Canadian woman studies/Les cahiers de la femme 3 (4), 1982, 9-12;31-33.*

Dulude, L. Vieillir au féminin. Ottawa: Conseil consultatif canadien sur la situation de la femme, 1978.

Dulude, L. Women and aging: a report on the rest of our lives. Ottawa: Canadian Advisory Council on the Status of Women, 1978.

Dummer, G.M. et al. Age-related differences in muscular strength and muscular endurance among female masters swimmers. *Research quarterly 56 (2), 1985, 97-102.* SIRC/CDS

Dummer, G.M. et al. Muscular strength and flexibility of two female masters swimmers in the eighth decade of life. *Journal of orthopaedic and sports physical therapy 6(4), 1985, 235-237.* SIRC/CDS

Edwards, P. New frontiers in geriatric science: fitness in the "Third Age". *Canadian journal of public health 74(2), 1983, 96-99.* SIRC/CDS

Foster, V.L. et al. The reproducibility of VO2 max, ventilatory, and lactate thresholds in elderly women. *Medicine and science in sports and exercise 18 (4), 1986, 425-430.* SIRC/CDS

Goertzen, D. et al. The functional capacity and physical activity levels of women over 60 years of age. *Journal of sports medicine and physical fitness 24(1), 1984, 30-36.* SIRC/CDS

Johannessen, S.; Lui, H. High-frequency, moderate-intensity training in sedentary middle-aged women. *Physician and sportsmedicine 14 (5), 1986, 99-102.* SIRC/CDS

Juneau, M. et al. Effectiveness of self-monitored, home-based, moderate-intensity exercise training in middle-aged men and women. *American journal of cardiology 60 (1), 1987, 66-70.* SIRC/CDS

Kauffman, T.L. Strength training effect in young and aged women. *Archives of physical medicine and rehabilitation 66 (4), 1985, 223-226.* SIRC/CDS

Killefer, E. Handbook of innovative programs for the impaired elderly. *Physical and occupational therapy in geriatrics 3 (3), 1984, 1-35.*

Kriska, A.M. et al. A randomized exercise trial in older women: increased activity over two years and the factors associated with compliance. *Medicine and science in sports and exercise 18 (5), 1986, 557-562.* SIRC/CDS

Laerum, M.; Laerum, O.D. Can physical activity counteract ageing? *Scandinavian journal of social medicine Suppl. 29, 1982, 147-152.* SIRC/CDS

LaRocque, P.; Campagna, P.D. Physical activity through rhythmic exercise for elderly persons living in a senior citizen residence. *Activities, adaptation and aging 4 (1), 1983, 77-81.* SIRC/CDS

Levarlet-Joye, H.; Simon, M. Study of gymnastics and litheness of aged persons. *Journal of sports medicine and physical fitness 23(1), 1983, 8-13.* SIRC/CDS

Lutter, J.M.; Lutter, L.D. Exercise patterns of women aged 46-76: current physical activity compared with youthful patterns. *Maturitas 6(2), 1984, 143-144.* SIRC/CDS, SIRLS

Lutter, J.M. et al. Physical activity through the life span: long-term effects of an active lifestyle. *Melpomene report 4 (1), 1985, 4-8.* SIRC/CDS

Massicotte, D. Physiological effects on older women of a 30 week physical conditioning program. *CAHPER journal 47 (6), 1981, 31-38.* SIRC/CDS

McPherson, B.D. Sport participation across the life cycle: a review of the literature and suggestions for future research. *Sociology of sport journal 1(3), 1984, 213-230.* SIRC/CDS, SIRLS

Métivier, G. et al. The effects of acute physical exercise on the serum level of follicular stimulating hormone (FSH) and luteinizing-hormone (LH) in female subjects above 55 years of age. *Journal of human movement studies 12 (3), 1986, 113-118.* SIRC/CDS

Miller, G.D. et al. The relationship between perceived exertion and heart rate of post 50 year-old volunteers in two different walking activities. *Journal of human movement studies 11 (4), 1985, 187-195.* SIRC/CDS

Montplaisir, M. Changements physiologiques et vieillesse. *Canadian women studies/Les cahiers de la femme 5 (3), 1984, 72-73.*

Nett, E. Small expectations: society's betrayal of older women. Toronto: McClelland & Stewart, 1984.

Ostrow, A.C. et al. Age role expectations and sex role expectations for selected sport activities. *Research quarterly 52(2), 1981, 216-227.* SIRC/CDS, SIRLS

Palmason, D. In praise of older women athletes. *Canadian woman studies 4(3), 1983, 50-54.* SIRC/CDS

Plowman, S.A. et al. Age and aerobic power in women: a longitudinal study. *Journal of gerontology 34(4), 1979, 512-520.* SIRC/CDS

Porcari, J. et al. Is fast walking an adequate aerobic training stimulus for 30- to 69-year-old men and women? *Physician and sportsmedicine 15 (2), 1987, 119-122;127-129.* SIRC/CDS

Raab, D.M. et al. Light resistance and stretching exercise in elderly women: effect upon flexibility. *Archives of physical medicine and rehabilitation 69 (4), 1988, 268-272.* SIRC/CDS

Riddick, C.C.; Daniel, S.N. The relative contribution of leisure activities and other factors to the mental health of older women. *Journal of leisure research 16(2), 1984, 136-148.* SIRC/CDS, SIRLS

Roadburg, A. Perceptions of work and leisure among the elderly. *Gerontologist 21(2), 1981, 142-145.* SIRLS

Robertson, M.A.; Halverson, L.E. Motor development: a lifelong process. *Journal of physical education, recreation & dance 53(5), 1982, 31-32.* SIRC/CDS

Russell, C. Ageing as a feminist issue. *Women's studies international forum 10 (2), 1987, 125-132.*

Stewart, G.W. Le conditionnement physique et les personnes âgées: guide des moniteurs. Ottawa: Condition physique et Sport amateur, 1983. CDS/SIRC

Stewart, G.W. Fitness for older adults: a handbook for leaders. Ottawa: Fitness and Amateur Sport, 1982. SIRC/CDS

Thomas, J. The 'athlete' and the older woman. *Scottish journal of physical education 13 (4), 1985, 32-33.* SIRC/CDS

Thomas, J. Older women. *Running times 74, Mar 1983, 8-9.* SIRC/CDS

van der Eems, K.; Ismail, A.H. Serum lipids: interactions between age and moderate intensity exercise. *British journal of sports medicine 19 (2), 1985, 112-114.* SIRC/CDS

Vanfraechem-Raway, R.; Surny, D. Étude de l'influence de l'activité physique sur le schéma corporel de personnes âgées. *World leisure & recreation 28 (2), 1986, 35-38.* CDS/SIRC

Wakat, D.; Odom, S. Older woman: increased psychosocial benefits from physical activity. *Journal of physical education, recreation & dance 53(3), 1982, 34-35.* SIRC/CDS, SIRLS

Washington, M. University of Georgia physical activity program for older adults: an approach to longevity. *Georgia Association for Health, Physical Education and Recreation journal 17(1),* 1982, 3-5. SIRC/CDS

Winter, W.G. Double Whammy: physical activity and the older woman. *Recreation research review 19(4), 1982, 40-47.* SIRC/CDS, SIRLS

Activité physique et ostéoporose liée à l'âge

On a découvert que des facteurs génétiques, mécaniques, hormonaux et alimentaires agissaient de façon concertée sur le squelette pour retarder ou accélérer l'ostéoporose (porosité osseuse caractérisée par une réduction de la teneur du tissu osseux en éléments minéraux). À l'heure actuelle, l'ostéoporose frappe, plus que tout autre groupe, les femmes blanches originaires de l'Europe septentrionale; toutefois, bien que des facteurs génétiques pourraient en partie être responsables de ce profil de la maladie, il est également possible que des variations soient attribuables à des différences culturelles dans les niveaux d'activité physique ou à des différences quantitatives dans la masse musculaire (Yeater et Martin, 1984; Aloia, 1981).

L'activité physique stimule la croissance et le remodelage du tissu osseux : on a en effet découvert que le tissu osseux des athlètes, notamment les os soumis à des contraintes lors d'activités sportives précises, avait une densité plus grande que celui des non-athlètes (Huddleston et coll., 1980). Il est nécessaire d'établir une distinction entre le tissu osseux cortical (présent dans le tibia, par exemple) et le tissu osseux trabéculaire (présent dans la colonne vertébrale): seule la croissance du tissu osseux cortical est stimulée par l'activité physique. Chez les personnes qui ne sont pas des athlètes, les premiers signes de porosité sont décelés dans le tissu osseux cortical non soumis régulièrement à des contraintes mécaniques au cours des mouvements. Il a été démontré que l'exercice physique serait efficace dans la prévention et le traitement de l'ostéoporose en contribuant à la formation d'une masse osseuse maximale avant l'âge de 35 ans et au maintien de cette masse pendant le reste de la vie (voir Aménorrhée secondaire et ostéoporose chez les athlètes, p. 156).

On pensait que les pertes d'oestrogènes qui surviennent lors de la ménopause avaient un rôle primordial dans l'ostéoporose liée à l'âge, mais ceci n'explique pas le début des pertes osseuses avant l'âge de 40 ans constatées chez les deux sexes. Par conséquent, bien que la carence en oestrogènes joue un rôle dans l'augmentation des taux de déperditions osseuses après la ménopause, elle n'en constitue toutefois pas la cause fondamentale. L'oestrogénothérapie substitutive (OTS) peut retarder le processus des déperditions osseuses, mais le recours à ce traitement comporte des risques. Intervenant sur le tableau morbide de la ménopause, les médecins, au début des années 70, prescrivaient l'OTS de façon systématique pour toute une gamme de symptômes ménopausiques présumés, mais on vit vers 1980 une accumulation des données démontrant l'existence d'un lien entre l'OTS et le cancer endométrial. Dans des recommandations formulées ultérieurement au sujet de l'usage de l'OTS, il est conseillé de le prescrire, si c'est absolument nécessaire, aux doses les plus faibles, pendant la période la plus courte et de façon cyclique (Yeater et Martin, 1984; Oyster et coll., 1984; Lutter, 1983; McCrea, 1983). On recommande la progestérone comme hormone d'emploi plus sûr dans le traitement de l'instabilité vasomotrice (bouffées de chaleur) et comme moyen de prévenir également les déperditions de tissu osseux (Lobo, 1984; Mandel, 1982). L'apport de calcium alimentaire, jumelé à un programme d'exercices physiques régulier, est recommandé pour prévenir et traiter les déperditions osseuses, notamment après la ménopause lorsque les pertes oestrogéniques sont susceptibles d'entraîner un déséquilibre de l'absorption et de l'excrétion du calcium; un apport équilibré de calcium et de phosphore est également recommandé (Dixon, 1983; Korcok, 1982).

Les traitements de nature non hormonal, destinés à prévenir l'ostéoporose chez les femmes ménopausées, consistent en une ration quotidienne de calcium de 1 500 mg et de 400 IU de vitamine D ou de 15 minutes d'exposition au rayonnement solaire, ainsi que des exercices des articulations portantes de 30 minutes au moins, trois fois par semaine. Ce traitement comprend aussi une réduction de la ration de caféine, d'alcool, de sel, de viande rouge et d'aliments riches en graisse et l'interdiction de la cigarette (Jensen, 1986; MacPherson, 1988).

Aloia, J.F. Estrogen and exercise in prevention and treatment of osteoporosis. *Geriatrics 37(6), 1982, 81-85.* SIRC/CDS

Aloia, J.F. Exercise and skeletal health. *Journal of the American Geriatrics Society 29(3), 1981, 104-107.*

Barrett-Connor, E. Postmenopausal estrogen, cancer and other considerations. *Women and health 11 (3/4), 1986, 179-196.*

Brewer, V. et al. Role of exercise in prevention of involutional bone loss. *Medicine and science in sports and exercise 15(6), 1983, 445-449.* SIRC/CDS

Busby, J. et al. Exercise, high-density lipoprotein-cholesterol, and cardiorespiratory function in climacteric women. *Southern medical journal 78 (7), 1985, 769-773.* SIRC/CDS

Caldwell, F. Light-boned and lean athletes: does the penalty outweigh the reward? *Physician and sportsmedicine 12(9), 1984, 139-145;149.* SIRC/CDS

Caldwell, F. Walking maintains bone, says NIH panel. *Physician and sportsmedicine 12(9), 1984, 31.* SIRC/CDS

Cann, C. Decreased spinal mineral content in amenorrheic women. *JAMA 251 (5), 3 Feb 1984, 626-629.*

Chow, R. K.; Harrison, J. E. Relationship of kyphosis to physical fitness and bone mass on postmenopausal women. *American journal of physical medicine 66 (5), 1987, 219-227.* SIRC/CDS

Chow, R.K. et al. Physical fitness effect on bone mass in postmenopausal women. *Archives of physical medicine and rehabilitation 67 (4), 1986, 231-234.* SIRC/CDS

Cowan, M.M.; Gregory, L.W. Responses of pre- and post-menopausal females to aerobic conditioning. *Medicine and science in sports and exercise 17(1), 1985, 138-143.* SIRC/CDS

Crielaard, J.M. et al. Influence de l'activité physique sur le contenu minéral osseux des femmes ménopausées. *Médecine du sport 60 (5), 25 sept. 1986, 37-39.* CDS/SIRC

Dixon, A. Non-hormonal treatment of osteoporosis. *British medical journal 386 (6370), 26 Mar 1983, 999-1000.*

Doress, P.; Siegal, D. Ourselves growing older. *New York: Simon and Schuster, 1987, Chapter 10, p. 116-127.*

Gonzalez, E.R. Premature bone loss in some nonmenstruating sportswomen. *JAMA 248(5), 6 Aug 1982, 513-514.* SIRC/CDS

Gregory, C.A. Possible influence of physical activity on musculoskeletal symptoms of menopausal and postmenopausal women. *JOGN nursing 11(2), 1982, 103-107.* SIRC/CDS

Hart, W.D. et al. The effect of exercise on bone-density in postmenopausal women. *Gerontologist 25 (SI), 1985, 55.*

Hollo, I.; Gergely, I. Exercise and osteoporosis. (letter) *British medical journal (Clinical research ed.) 290 (6485), 22 June 1985, 1902.* SIRC/CDS

Huddleston, A.L. et al. Bone mass in lifetime tennis athletes. *JAMA 244(10), 5 Sept 1980, 1107-1109.*

Jensen, P. Calcium for long life. *Healthsharing 8 (1), 1986, 24-29.*

Kaufert, P.; McKinlay, S. Estrogen-replacement therapy: the production of medical knowledge and the emergence of policy. *In, Lewin, E. and Olesen, V. eds., Women, health and healing: toward a new perspective. New York: Tavistock, 1985, p. 113-138.*

Korcok, M. Add exercise to calcium in osteoporosis prevention. *JAMA 247 (8), 26 Feb 1982, 1106-1107.*

Krolner, B. Bone mass of the axial and the appendicular skeleton in women with Colles' fracture: its relation to physical activity. *Clinical physiology 2, 1982, 147-157.*

Lobo, R. Depo-medroxyprogesterone acetate compared with conjugated estrogens for the treatment of post-menopausal women. *Obstetrics and gynecology 63 (1), 1984, 1-5.*

Lutter, J.M. Mixed messages about osteoporosis in female athletes. *Physician and sportsmedicine 11(9), 1983, 154-157;160;165.* SIRC/CDS

MacPherson, K. Osteoporosis: the new flaw in women or in science? *Health values, July/Aug 1987, 57-62.*

MacPherson, K.I. Osteoporosis and menopause. *Advances in nursing science 7 (4), 1985, 11-22.*

Mandel, F. Effects of progestins on bone metabolism in post-menopausal women. *Journal of reproductive medicine Supplement 27 (8), 1982, 511-514.*

Marcus, R. The relationship of dietary calcium to the maintenance of skeletal integrity in man - an interface for endocrinology and nutrition. *Metabolism 31 (1), 1982, 93-102.*

Oyster, N. et al. Physical activity and osteoporosis in post-menopausal women. *Medicine and science in sports and exercise 16(1), 1984, 44-50.* SIRC/CDS

Paige, J. A lifetime of activity: observations on osteoporosis study participants. *Melpomene report 6 (1), 1987, 9-11.* SIRC/CDS

Prior, J.C. The cultural causes of osteoporosis for women. *In, Khan, S. et al. eds., Women, stress and coping: an interdisciplinary review. Vancouver: UBC Press, 1989.*

Riis, B. et al. Does calcium supplementation prevent menopausal bone loss? A double-blind, controlled clinical study. *New England journal of medicine 316, 27 Jan 1987, 173-177.*

Rundgren, A. et al. Effects of a training programme for elderly people on mineral content of the heel bone. *Archives of gerontology and geriatrics 3 (3), 1984, 243-248.* SIRC/CDS

Sinaki, M. et al. Relationship between bone mineral density of spine and strength of back extensors in healthy postmenopausal women. *Mayo clinic proceedings 61 (2), 1986, 116-122.* SIRC/CDS

Smith, E.L. Bone concerns. *In, Shangold, M. and Mirkin, G. eds., Women and exercise: physiology and sports medicine. Philadelphia: F.A. Davis, 1988, p. 79-87.* SIRC/CDS

Smith, E.L. Exercise for prevention of osteoporosis: a review. *Physician and sportsmedicine 10(3), 1982, 72-75;78-79;83.* SIRC/CDS

Smith, E.L. et al. Physical activity and calcium modalities for bone mineral increase in aged women. *Medicine and science in sports and exercise 13(1), 1981, 60-64.* SIRC/CDS

Snow-Harter, C. Biochemical changes in postmenopausal women following a muscle fitness program. *Physician and sportsmedicine 15 (8), 1987, 90-96.* SIRC/CDS

Stillman, R.J. et al. Physical activity and bone mineral content in women aged 30 to 85 years. *Medicine and science in sports and exercise 18 (5), 1986, 576-580.* SIRC/CDS

Wells, C. Exercise and the menopause. *In, Wells, C., Women, sport and performance: a physiological perspective. Champaign, Ill.: Human Kinetics, 1985, p. 159-180.*

Wells, C. Exercise and the postmenopausal woman. *In, Wells, C., Women, sport and performance: a physiological perspective. Champaign, Ill.: Human Kinetics, 1985, p. 159-180.*

Wyshak, G. et al. Bone fractures among former college athletes compared with nonathletes in the menopausal and postmenopausal years. *Obstetrics and gynecology 69 (1), 1987, 121-126.*

Yeater, R.A.; Martin, R.B. Senile osteoporosis. The effects of exercise. *Postgraduate medicine 75(2), 1984, 147-159;163.*

Zurek, L. Osteoporosis study. *Melpomene report 6 (1), 1987, 17-18.* SIRC/CDS

Activité physique et nutrition

Les principes généraux de nutrition relatifs à l'énergie, aux protéines, aux vitamines, aux éléments minéraux et à l'eau s'appliquent aux individus des deux sexes qui s'adonnent à l'activité physique. D'autres besoins nutritionnels particuliers à la femme sont associés à la fonction de reproduction, notamment aux menstruations, à la grossesse et à la lactation. En outre, des méthodes nutritionnelles de prévention et de traitement ont été recommandées pour le syndrome prémenstruel, l'ostéoporose et l'aménorrhée secondaire.

Les pertes sanguines qui surviennent lors des menstruations jouent un rôle dans le taux élevé de carence en fer, de l'ordre de 20 à 30 p. 100 selon les estimations, observé chez la population féminine de l'Amérique du Nord. Parmi les autres facteurs qui interviennent dans cette carence, mentionnons un faible apport de fer alimentaire et une absorption réduite du fer imputable à des inhibiteurs alimentaires tels que le café, les oeufs, le son et diverses autres denrées. La carence en fer comporte trois stades, qui peuvent tous affecter la performance physique : la déplétion en fer, la carence en fer sans anémie et l'anémie ferriprive. Au premier stade, la faible concentration de ferritine sérique indique un appauvrissement des réserves de fer. Le deuxième stade se révèle par une réduction de la concentration en fer sérique et du degré de saturation de la transférine et par une augmentation de la capacité de fixation du fer. Au troisième stade, l'anémie ferriprive est mise en lumière par une faible concentration d'hémoglobine et par d'autres données hématologiques. Il semblerait que les athlètes de sexe féminin seraient plus exposées que les femmes sédentaires à la carence du premier stade, et il est donc recommandé de faire procéder aux différents dosages du fer avant le début de la saison d'entraînement, puisque les stades 1 et 2 ne peuvent être décelés par de simples examens hématologiques (Parr et coll., 1984; Grandjean, 1984; Steinbaugh, 1984).

L'administration de suppléments de fer est conseillée pour les femmes enceintes et pour celles chez qui l'on a confirmé une carence en fer ou une anémie ferriprive. Les femmes enceintes et celles qui allaitent, tout en faisant régulièrement de l'exercice physique, ont des besoins nutritionnels supérieurs à ceux des athlètes non gravides, du point de vue de l'apport en calories, en protéines, en fer, en calcium et en d'autres minéraux et vitamines (Grandjean, 1984).

Les rations alimentaires quotidiennes des athlètes féminines sont fréquemment inférieures aux taux recommandés d'éléments nutritifs (Hickson et coll., 1986). Dans les documents consacrés à cette question, on recommande aux éducateurs physiques, aux entraîneurs et aux instructeurs de fournir des renseignements fiables, à jour, sur une bonne nutrition aux filles et aux femmes qui s'adonnent à des exercices physiques.

Banister, E.W.; Hamilton, C.L. Variations in iron status with fatigue modelled from training in female distance runners. *European journal of applied physiology and occupational physiology 54 (1), 1985, 16-23.* SIRC/CDS

Belko, A.Z. et al. Effects of exercise on riboflavin requirements of young women. *American journal of clinical nutrition 37(4), 1983, 509-517.*

Dale, E.; Goldberg, D.L. Implications of nutrition in athletes' menstrual cycle irregularities. *Canadian journal of applied sport sciences 7(2), 1982, 74-78.* SIRC/CDS

Diehl, D.M. et al. Effects of physical training and competition on the iron status of female field hockey players. *International journal of sports medicine 7 (5), Oct 1986, 264-270.* SIRC/CDS

Diehl, D.M. Effects of physical training on the iron status of female athletes Ph.D. Dissertation, University of Illinois at Urbana Champaign, 1981. SIRC/CDS

Durstine, J. L. et al. Lipid, lipoprotein, and iron status of elite women distance runners. *International journal of sports medicine 2 (8), 1987, 119-123.* SIRC/CDS

Frey, M.A. et al. Exercise does not change high-density lipoprotein cholesterol in women after ten weeks of training. *Metabolism 31(11), 1982, 1142-1146.* SIRC/CDS

Grandjean, A.C. Nutritional concerns for the woman athlete. *Clinics in sports medicine 3(4), 1984, 923-938.* SIRC/CDS

Hegenauer, J. et al. Transitory hematologic effects of moderate exercise are not influenced by iron supplementation. *European journal of applied physiology and occupational physiology 52(1), 1983, 57-61.* SIRC/CDS

Hickson, J.F. et al. Dietary intakes of female basketball and gymnastics athletes. *Journal of the American Dietetic Association 86 (2), 1986, 251-253.* SIRC/CDS

Lampe, J.W. et al. Poor iron status of women runners training for a marathon. *International journal of sports medicine 7 (2), 1986, 111-114.* SIRC/CDS

Lindboe, C.F.; Slettebo, M. Are young female gymnasts malnourished? An anthropometric, electrophysiological, and histological study. *European journal of applied physiology and occupational physiology 52(4), 1984, 457-462.* SIRC/CDS

Loosli, A.R. et al. Nutrition habits and knowledge in competitive adolescent female gymnasts. *Physician and sportsmedicine 14 (8), 1986, 118-120;129-130.* SIRC/CDS

Mahlamaeki, E.; Mahlamaeki, S. Iron deficiency in adolescent female dancers. *British journal of sports medicine 22 (2), 1988, 55-56.* SIRC/CDS

Moore, C.E. et al. Relationship of exercise and diet on high-density lipoprotein cholesterol levels in women. *Metabolism, clinical and experimental 32(2), 1983, 189-196.*

Parr, R.B. et al. Iron deficiency in female athletes. *Physician and sportsmedicine 12(4), 1984, 81-86.* SIRC/CDS

Pelliccia, A.; Di Nucci, G.B. Anemia in swimmers: fact or fiction? Study of hematologic and iron status in male and female top-level swimmers. *International journal of sports medicine 8 (3), 1987, 227-230.* SIRC/CDS

Rowland, T.W. et al. Iron deficiency in adolescent endurance athletes. *Journal of adolescent health care 8 (4), 1987, 322-326.*

Schoene, R.B. et al. Iron repletion decreases maximal exercise lactate concentrations in female athletes with minimal iron-deficiency anemia. *Journal of laboratory and clinical medicine 102(2), 1983, 306-312.* SIRC/CDS

Snyder, A.C. et al. Influence of dietary iron source on measures of iron status among female runners. *Medicine and science in sports and exercise 21 (1), 1989, 7-10.* SIRC/CDS

Steenkamp, I. et al. Marathon running fails to influence RBC survival rates in iron-replete women. *Physician and sportsmedicine 14 (5), 1986, 89-90;93;95.* SIRC/CDS

Stein, T.P. et al. Nutrition, protein turnover, and physical activity in young women. *American journal of clinical nutrition 38(2), 1983, 223-228.* SIRC/CDS

Steinbaugh, M. Nutritional needs of female athletes. *Clinics in sports medicine 3(3), 1984, 649-670.* SIRC/CDS

Welch, P.K. et al. Nutrition education, body composition, and dietary intake of female college athletes. *Physician and sportsmedicine 15 (1), Jan 1987, 63-74.* SIRC/CDS

Wood, P.D. et al. Comparison of nutrient intake in middle-aged men and women. *Medicine and science in sports and exercise 13(5), 1981, 310-315.* SIRC/CDS

Activité physique et régulation du poids

Contrairement à bon nombre d'autres secteurs de recherche sur le sport et l'activité physique, les études sur la relation entre les exercices physiques et la régulation du poids ont tendance à se concentrer sur des sujets féminins, une indication de la discrimination sexuelle exercée à l'égard de la taille corporelle. Dans une société où la valeur de la femme est jugée principalement en fonction de son attrait hétérosexuel, le poids et la corpulence idéals de la femme sont établis davantage par des facteurs sociaux et culturels que par des enquêtes scientifiques objectives (voir Sport, sexe et sexualité, p. 52). La prévalence de femmes qui ne s'aiment pas à cause de leur taille et de leurs habitudes alimentaires peut s'expliquer comme étant le résultat de l'application de normes misogynes selon lesquelles les femmes devraient être invisibles, c'est-à-dire occuper le moins d'espace possible, dépourvues de force physique, c'est-à-dire petites et faibles physiquement, et attentives aux besoins d'autrui, mais non aux leurs (Chernin, 1981; Brown, 1985; Robinson, 1985). Bien sûr, il n'est pas exclu que l'obésité puisse poser des problèmes pour la santé : en effet, une tension artérielle et un taux de cholestérol sanguin élevés augmentent les risques de maladies coronariennes, et l'hyperglycémie est associée au diabète.

Il a été établi que la pratique régulière de l'activité physique, jumelée à une restriction des apports caloriques, entraîne une réduction du poids; toutefois, même s'il ne modifie pas le poids corporel, l'exercice physique apporte d'autres avantages importants aux personnes qui ont de l'embonpoint : augmentation de la masse maigre du corps, diminution de l'insuline plasmatique, augmentation de la tolérance au glucose, réduction des lipides dans le sang, diminution de la tension artérielle et amélioration de l'efficacité cardio-vasculaire. L'amélioration du rapport masse maigre et masse grasse n'est pas nécessairement accompagnée d'une réduction du poids, l'accroissement de la masse musculaire pouvant compenser les pertes graisseuses (Hoerr, 1984; Hadjiolova et coll., 1982; Krotkiewski et coll., 1983; Bhalla et coll., 1983; MacKeen et coll., 1983; Haskell et Superko, 1984).

De façon plus importante, il est à remarquer que chez les femmes qui ont de l'embonpoint, l'exercice physique régulier favorise la bonne forme physique et le bien-être psychologique. Des techniques plus progressistes de traitement de l'obésité chez la femme préconisent le recours à de petits groupes afin de promouvoir une approche d'entraide face aux problèmes d'estime de soi, de contrôle et d'image du corps, tous ces problèmes finissant par avoir des répercussions sur la perte de poids ultérieure. Des exercices aérobies conçus spécialement pour les femmes obèses constituent un élément important de ce modèle (Robinson, 1985), qui se démarque nettement de la plupart des modèles psychologiques, où l'on insiste particulièrement sur des programmes de modification comportementale et sur les problèmes dits d'observation des règles du traitement. Les données physiologiques obtenues à partir de ce genre de recherche peuvent toutefois se révéler utiles dans une certaine mesure

pour concevoir des programmes de remplacement (Bray, 1983; Donahue et coll., 1984; Thompson et coll., 1982).

La relation largement reconnue entre l'excès de poids et l'hypertension, les différentes formes de diabète et les lipides élevés dans le sang, est à l'origine du rôle important accordé à la régulation du poids dans la prévention des maladies cardio-vasculaires. Toutefois, il existe un débat autour de la question à savoir si l'excès de poids joue un rôle indépendant dans le développement des maladies cardio-vasculaires. Il est également important de souligner qu'il existe des preuves considérables que les préoccupations des filles et des femmes pour des questions de poids, entretenues par la société, débouchent sur des types de comportement qui en eux-mêmes posent de sérieux risques pour la santé : des régimes alimentaires diététiques fréquents entraînant des carences en produits nutritifs; des exercices excessifs, l'usage de la cigarette pour régler le poids; et des troubles alimentaires tels que l'anorexie mentale et la boulimie (Le poids et la santé/Promoting healthy weights, 1988).

Atomi, Y.; Miyashita, M. Influences of weight reduction on aerobic power and body composition of middle-aged women. *Journal of sports medicine and physical fitness 27 (4), 1987, 501-509.* SIRC/CDS

Belko, A.Z. et al. Diet, exercise, weight loss, and energy expenditure in moderately overweight women. *International journal of obesity 11 (2), 1987, 93-104.*

Bhalla, R. et al. The distribution pattern of subcutaneous fat with reference to level of physical activity in adult females. *Zeitschrift fur Morphologie und Anthropologie 74(2), 1983, 191-197.* SIRC/CDS

Bray, G.A. Energetics of obesity. *Medicine and science in sports and exercise 15(1), 1983, 32-40.* SIRC/CDS

Brownell, K.D. et al. Exercise and regulation of body weight. *In, Shangold, M. and Mirkin, G. eds., Women and exercise: physiology and sports medicine. Philadelphia: F.A. Davis, 1988, p. 40-54.* SIRC/CDS

Chernin, K. The obsession: reflections of the tyranny of slenderness. New York: Harper & Row, 1981.

Diamond, N. Thin is the feminist issue. *Feminist review 19, Spring 1985, 45-64.*

Donohoe, C. Metabolic consequences of dieting and exercise in the treatment of obesity. *Journal of consulting and clinical psychology 52 (5), 1984, 827-836.*

Eide, R. Relationship between body image, self-image and physical activity. *Scandinavian journal of social medicine Suppl. 29, 1982, 109-112.* SIRC/CDS, SIRLS

Gillett, P.A.; Eisenman, P.A. The effect of intensity controlled aerobic dance exercise on aerobic capacity of middle-aged, overweight women. *Research in nursing & health 10 (6), 1987, 383-390.*

Goris, M. et al. Les effets des restrictions caloriques sur un corps de femme adulte. *Revue de l'Amicale des entraîneurs français d'athlétisme 99, janv./févr. 1987, 7-9.* CDS/SIRC

Gwinup, G. Weight loss without dietary restriction: efficacy of different forms of aerobic exercise. *American journal of sports medicine 15 (3), 1987, 275-279.* SIRC/CDS

Hadjiolova, I. et al. Physical working capacity in obese women after an exercise programme for body weight reduction. *International journal of obesity 6(4), 1982, 405-410.*

Hartley, L.H. Use of diet and exercise for weight and blood lipid control. *In, Sports medicine - sports science: bridging the gap. Lexington, Mass.: Collamore Press, 1982, p. 181-184.* SIRC/CDS

Haskell, W.; Superko, R. Designing an exercise program for optimal health. *Family and community health 7 (1), 1984, 72-88.*

Hoerr, S.L. Exercise: an alternative to fad diets for adolescent girls. *Physician and sportsmedicine 12(2), 1984, 76-83.* SIRC/CDS

Katzman, M. et al. Speak don't eat. Teaching women to express their feelings. *Women and therapy 5, Summer/Fall 1986, 143-157.*

Krotkiewski, M. et al. Relationship between muscle morphology and metabolism in obese women: the effects of long-term physical training. *European journal of clinical investigation 13(1), 1983, 5-12.*

Lyons, P.; Ansfield, A. Body image and large women. *Melpomene Report 7 (1), 1988, 6-9.* SIRC/CDS

MacKeen, P.C. et al. Body composition, physical work capacity and physical activity habits at 18-month follow-up of middle-aged women participating in an exercise intervention program. *International journal of obesity 7(1), 1983, 61-71.* SIRC/CDS

Mergner, M. et al. Transforming women's body image: a feminist counselling approach. *Women and therapy 4, Fall 1985, 25-38.*

Munter, C. Fat and the fantasy of perfection. *In, Vance, C. ed., Pleasure and danger: exploring female sexuality. Boston: Routledge and Kegan Paul, 1984, p. 225-231.*

Nemiroff, G. Women's body image. *Canadian woman studies 3 (2), 1981, 36-39.*

Nopper, S.; Harley, J. How society's obsession with thinness is consuming women. *Herizons 4 (7), 1986, 24-29.*

Orbach, S. Fat is a feminist issue. New York: Berkley Publishing, 1979.

Paul, B.; Robinson, J. Body image. *Melpomene report 2 (2), 1983, 3;6-7.* SIRC/CDS

Promoting healthy weights: a discussion paper. **Le poids et la santé:** document de travail. Ottawa: Health and Welfare / Santé et Bien-être, 1988.

Rawson, P. Obesity... consuming women. *Herizons 1 (2), 1983, 16-18.*

Robinson, B. The stigma of obesity: fat fallacies debunked. *Melpomene report 4 (1), 1985, 9-13.* SIRC/CDS

Robinson, J. Body image in women over forty. *Melpomene report, 2 Oct 1983, 12-14.* SIRC/CDS

Sanford, W. Body image. *In, Boston Women's Health Book Collective, The new our bodies, ourselves. New York: Simon & Schuster, 1984, p. 5-10.*

Special issue on sports. *Radiance: the magazine for large women, Spring 1988.*

Sternhell, C. Some of us will always be fat, but fat can be fit. *Ms, 13 May 1985, 66-68;142-146;154.*

Thomas, D.P. et al. Combined effects of exercise and restriction of energy intake on moderately obese women. *British journal of sports medicine 20 (2), 1986, 84-88.* SIRC/CDS

Thompson, J.K. et al. Exercise and obesity: etiology, physiology, and intervention. *Psychological bulletin 91(1), 1982, 55-79.* SIRC/CDS

Willmuth, M. Treatment of obesity: a socio-political perspective. *Women and therapy 5 (4), 1986, 27-38.*

Woo, R. et al. Effect of exercise on spontaneous calorie intake in obesity. *American journal of clinical nutrition 36(3), 1982, 470-477.*

Other Resources / Ressources additionnelles

Radiance: the magazine for large women, PO Box 31708, Oakland, California, USA 94604

Les troubles alimentaires chez les athlètes féminines

Il existe deux aspects des troubles alimentaires qui sont reliés à l'activité physique et sportive chez les athlètes participant à des compétitions, à savoir : 1) la tendance chez les filles et les femmes souffrant de troubles alimentaires à se livrer à des exercices exténuants pour perdre du poids; et 2) l'incidence des comportements pathogènes de régulation du poids (autoprovocation de vomissements, beuveries, emploi de laxatifs, de pilules amaigrissantes et de diurétiques).

La théorie voulant que les femmes anorexiques se laissent attirées par certaines disciplines sportives suscite plusieurs réactions. Wight and Noakes (1987), rejetant cette théorie, ont fait remarquer que ni l'incidence des attitudes alimentaires anormales ni l'anorexie mentale n'étaient plus élevées chez un échantillon représentatif des marathoniennes que chez la population en général. Dans une étude de trois groupes d'adolescentes, Mallick et coll. (1987) ont montré que, malgré des comportements qui s'apparentent à l'anorexie chez le groupe d'athlètes et le groupe d'étudiantes (régime alimentaire et privation), les personnes de ces groupes avaient une meilleure image de soi que celles du groupe en proie aux troubles alimentaires.

Les travaux des féministes, qui montrent la préoccupation des questions de poids chez la femme, entretenue par la société, comme une question de santé de la femme, remettent en question le modèle médical traditionnel qui fait du problème des désordres alimentaires un problème psychologique et la distingue de l'obsession sociale générale de minceur (Brown et Forgay, 1987; Chernin, 1981, 1985; Orbach, 1979; 1982). Dans la société occidentale règne un type de comportement qui associe la minceur au succès, au bonheur et à la productivité chez les deux sexes. Pour les femmes, la minceur est en outre associée à l'attraction hétérosexuelle, et la phobie de la «grosseur» a particulièrement de sérieuses conséquences sur l'image de soi et du corps chez la femme (Ciliska et Rice, 1989). Les féministes ont abordé le problème sous l'angle de la valeur de soi, de l'image du corps et de la maîtrise chez la femme dans les milieux socioculturels où l'on rappelle constamment aux femmes leur rôle subordonné vis-à-vis des hommes.

L'obsession de la minceur dans la société occidentale est si envahissante que le régime alimentaire diététique peut être considéré comme un comportement «normal» chez la femme et même chez les filles au stade de la préadolescence. D'après certaines des études, 80 p. 100 des femmes ont essayé un régime alimentaire diététique vers l'âge de 18 ans, et que, portés à l'extrême, ces régimes peuvent être liés à des troubles alimentaires. Chez les personnes souffrant de troubles alimentaires, 90 p. 100 sont des femmes et la plupart, des adolescentes ou de jeunes femmes. Les recherches montrent que les femmes anorexiques ont des images déformées de leur corps, se considèrent plus grosses qu'elles le sont en réalité. Toutefois, même les femmes de poids normal qui ne suivent aucun régime alimentaire diététique se considèrent aussi plus fortes qu'elles le sont, conclusion qui fait ressortir la nécessité d'examiner la pression socioculturelle qui encourage à être mince, ainsi que les dimensions psychologiques du problème (Willmuth, 1986).

La pression qui encourage à être ultra mince provient des médias, de la famille et des camarades ainsi que de l'industrie qui encourage le régime alimentaire diététique et la bonne forme physique. Plus de 50 p. 100 des personnes souffrant de désordres alimentaires s'adonnent à des exercices aux fins de régler leur poids, et les classes pour la bonne forme physique sont un choix tout indiqué pour les femmes. Les moniteurs de conditionnement physique peuvent aider ces femmes en leur indiquant clairement que l'objectif de la classe est la santé et le plaisir et non pas la perte de poids. Les discussions en classe sur l'alimentation et les troubles alimentaires sont extrêmement utiles (National Eating Disorder Information Centre, 1988).

Les femmes qui s'adonnent à des sports et des activités physiques où la minceur est devenue une condition préalable, par exemple, la gymnastique, la danse et la course à distance, courent deux fois plus de risques. Dans ces sports compétitifs et dans d'autres, les athlètes peuvent en venir à adopter des comportements pathogènes de régulation du poids pour conserver un avantage sur leurs adversaires.(Rosen et Hough, 1988; Black et Burckes-Miller, 1986; Teskey, 1986; Hamilton et coll., 1986). Toutefois, on retrouve ces comportements même chez les athlètes pratiquant des sports tels que le hockey, le tennis, la balle molle, le volley-ball et la course sur piste (Rosen et coll., 1986). Les conclusions contradictoires de certaines études (Campbell, 1986; Mallick et coll., 1987) ont conduit les chercheurs à remettre en question la fiabilité des diverses

échelles de mesure d'image de soi et de satisfaction de son corps, dont la plupart n'étaient pas conçues précisément pour une population athlétique.

Il est du devoir des entraîneurs et des instructeurs d'aider à prévenir les troubles alimentaires chez les jeunes athlètes féminines. Même des allusions fortuites à l'excès de poids, croit-on, peuvent porter les filles à adopter des comportements pathogènes de régulation de poids et les entraîneurs non conscients du problème peuvent le précipiter par leurs critiques publiques des femmes qui ne restent pas dans la limite de poids somme toute arbitraire. (voir aussi Harcèlement sexuel et exploitation sexuelle, p. 57). Une étude pilote sur les troubles alimentaires et les relations entre entraîneur et athlète (Jaffee, 1988) a montré qu'en dépit du fait que la plupart des entraîneurs semblent conscients du problème et s'en préoccupent, seulement un petit nombre d'entre eux ont signalé qu'ils étaient sensibilisés aux problèmes réels de ce genre chez les femmes qu'ils entraînaient et peut-être qu'ils ne savaient pas à quels signaux et symptômes ils devaient faire attention.

Dans les lignes directrices proposées par Slavin (1987), Black et Burckes-Miller (1988) et Nelson (1987) à l'intention des entraîneurs, ces auteurs soulignent les points suivants : définir la grosseur optimale du corps pour les sports visés; surveiller le tissu adipeux et le poids chaque semaine (faire faire cet examen par une personne autre); établir une période de temps raisonnable pour ramener le poids et la grosseur dans la limite recommandée; fournir des avis judicieux en matière d'alimentation; observer la confidentialité la plus stricte et faire preuve de délicatesse lorsqu'on traite avec des athlètes qui peuvent avoir des troubles alimentaires.

Black, D.R.; Burckes-Miller, M.E. Male and female college athletes: use of anorexia nervosa and bulimia nervosa weight loss methods. *Research quarterly 59 (3), 1988, 252-256.* SIRC/CDS

Borgen, J.S.; Corbin, C.B. Eating disorders among female athletes. *Physician and sportsmedicine 15 (2), 1987, 88-90;93-95.* SIRC/CDS

Brotman, A.W.; Stern, T.A. Osteoporosis and pathologic fractures in anorexia nervosa. *American journal of psychiatry 142, 1985, 495-496.*

Brown, C.; Forgay, D. An uncertain well-being: weight control and self control. *Healthsharing, Winter 1987, 11-15.*

Campbell, J. Anorexia nervosa: body dissatisfaction in a high risk population. *CAHPER journal 52 (4), 1986, 36-41.* SIRC/CDS

Chernin, K. The obsession: reflections of the tyranny of slenderness. New York: Harper & Row, 1981.

Ciliska, D.; Rice, C. Body image/body politics. *Healthsharing, Summer 1989, 13-17.*

Crago, M. et al. Height-weight ratios among female athletes: are college athletics the precursor to an anorexic syndrome? *International journal of eating disorders 4 (1), 1985, 79.*

Einerson, J. et al. Exercise responses in females with anorexia-nervosa. *International journal of eating disorders 7 (2), 1988, 253-260.*

Epling, W. et al. A theory of activity-based anorexia. *International journal of eating disorders 3 (1), 1983, 27.*

Hamilton, L. et al. Nutritional intake of female dancers: a reflection of eating problems. *International journal of eating disorders 5, 1986, 925.*

Hamilton, L. et al. Sociocultural influences on eating disorders in professional ballet dancers. *International journal of eating disorders 4, 1985, 465.*

Hamilton, L.H. et al. The impact of thinness and dieting on the professional ballet dancer. *CAHPER journal 52 (4), 1986, 30-35.* SIRC/CDS

Jaffee, L. Eating disorders and coach/athlete relationships. *Melpomene Report 7 (1), 1988, 12-13.* SIRC/CDS

Katz, J.L. Eating disorders. *In, Shangold, M. and Mirkin, G. eds., Women and exercise: physiology and sports medicine. Philadelphia: F.A. Davis, 1988, p. 248-263.* SIRC/CDS

Litt, I.F.; Glader, L. Anorexia nervosa, athletics, and amenorrhea. *Journal of pediatrics 109 (1), 1986, 150-153.*

Mallick, M.J. et al. Behavioral and psychological traits of weight-conscious teenagers: a comparison of eating-disordered patients and high- and low-risk groups. *Adolescence 22 (85), 1987, 157-168.*

National Eating Disorder Information Centre bulletin 3 (3), 1988.

Nelson, A. Eating disorders and female athletes: a serious and growing problem. *Melpomene report 6 (3), 1987, 9-12.* SIRC/CDS

Orbach, S. Fat is a feminist issue II. New York: Berkley Publishing, 1982.

Orbach, S. Fat is a feminist issue. New York: Berkley Publishing, 1979.

Overdorf, V.G. Conditioning for thinness: the dilemma of eating-disordered female athletes. *Journal of physical education, recreation & dance 58 (4), 1987, 62-65.* SIRC/CDS

Rosen, L.W. et al. Pathogenic weight-control behavior in female athletes. *Physician and sportsmedicine 14 (1), 1986, 79-84.* SIRC/CDS

Rosen, L.W.; Hough, D.O. Pathogenic weight-control behaviors of female college gymnasts. *Physician and sportsmedicine 16 (9), 1988, 140-143;146.* SIRC/CDS

Slavin, J.L. Eating disorders in athletes. *Journal of physical education, recreation & dance 58 (3), 1987, 33-36.*

Temple, C. IAF research project: female distance runners and anorexia nervosa. *Physiotherapy in sport X11 (1), 1989, 8-10.* SIRC/CDS

Teskey, S. Hooked on perfection. *Verve, Aug/Sept 1986, 40-42.*

Weight, L.M.; Noakes, T.D. Is running an analog of anorexia?: a survey of the incidence of eating disorders in female distance runners. *Medicine and science in sports and exercise 19 (3), 1987, 213-217.* SIRC/CDS

Willmuth, M. Treatment of obesity: a socio-political perspective. *Women and therapy 5(4), 1986, 27-38.*

Other Resources / Ressources additionnelles

Bulimia Anorexia Nervosa Association (BANA): sport, fitness, health and eating disorders
c/o University of Windsor,
Faculty of Human Kinetics
Windsor, Ontario, N9B 3P4
Attention: Dr. Dick Moriarty
hotline 519-253-7421 or 253-4232 ext. 2429

Hersize: a weight prejudice action group
223 Concord Avenue
Toronto, Ontario M6H 2P4

National Eating Disorder Information Centre
Toronto General Hospital
200 Elizabeth St.
CW 2-332
Toronto, Ontario M5G 2C4
416-340-4156
(Bimonthly bulletins, resource kits, bibliographies available)

Constitution corporelle et système squelettique

En tant que groupe, le femmes ont une proportion plus élevée de graisses que les hommes. Les graisses sont réparties en deux catégories principales : les graisses essentielles et les graisses de réserve. Les graisses essentielles, qui sont nécessaires au fonctionnement physiologique normal de l'organisme, sont stockées dans la moelle osseuse, les muscles et les organes. Les graisses de réserve sont constituées par le tissu graisseux qui protège les organes internes et par les graisses sous-cutanées. Les graisses spécifiques du sexe féminin, encore qu'elles soient associées à la synthèse des oestrogènes, sont classifiées comme graisses essentielles. La différence d'environ 9 p. 100 de la masse grasse observée entre les sexes se retrouve également chez les athlètes pratiquant une même discipline sportive. Outre le sexe et le sport, l'origine ethnique et l'âge ont été identifiés comme étant des variables essentielles de la corpulence et de la répartition adipeuse chez les athlètes. On constate toutefois, pour les deux sexes, une variation importante entre les disciplines sportives; par exemple, les athlètes féminins et masculins qui se spécialisent en athlétisme ont un pourcentage de graisses de 23,9 p. 100 et de 15,6 p. 100 respectivement, soit des niveaux qui se rapprochent de la moyenne observée chez les non-athlètes, tandis que les chiffres pour les coureuses et les coureurs de fond sont de 15,7 p. 100 et de 5 p. 100 (Sady et coll., 1984; Mueller et coll., 1982; Drinkwater, 1984).

Les taux élevés de tissus adipeux observés chez les nageuses aident à la flottabilité et à la thermorégulation (régulation de la température du corps), notamment chez les nageuses de grand fond. À l'autre extrême, la faible masse grasse des coureuses de fond est un facteur important dans une discipline sportive qui exige que le corps se déplace dans l'espace. La constitution organique pourrait donc jouer un rôle dans la détermination de l'aptitude à pratiquer un sport particulier et, réciproquement, le fait de participer à ce sport pourrait contribuer au développement et au maintien d'un certain niveau de graisses corporelles. Le même raisonnement s'applique au type somatique : en effet, le fait de posséder un type physique particulier peut jouer un rôle dans le choix d'une discipline sportive, et la participation à cette discipline peut influer sur le type physique, par exemple, en augmentant la masse musculaire ou en retardant l'apparition des premières règles, de façon à favoriser l'allongement des extrémités pendant la période de croissance prolongée (voir Apparition de la menstruation, p. 152). Wells (1985, chapitre 16) examine diverses constatations sur le lien qui existe entre le type somatique et l'aptitude à pratiquer un sport particulier.

La recherche sur la constitution physique tend à se concentrer sur les athlètes qui se spécialisent dans les disciplines de haute performance mais, même parmi cette élite sportive, il a été noté qu'il y avait de nombreuses exceptions à la tendance générale, c'est-à-dire des athlètes hautement performants, dont le physique et le pourcentage de graisses diffèrent de ce qui est considéré comme idéal pour leur sport. Par conséquent, la relation générale qui existe entre le physique et l'aptitude à un sport particulier ne doit pas être interprétée comme un facteur de dissuasion pour écarter la participation des femmes ayant des constitutions physiques différentes : le physique n'est qu'un facteur parmi de nombreux autres qui contribuent à la compétence athlétique.

Chez les femmes, l'ossification, c'est-à-dire le processus de durcissement des os, s'accomplit d'un à trois ans plus tôt que chez les hommes. Étant donné que ce processus se termine à la puberté, les filles dont la maturation est tardive acquièrent une taille plus élevée et des membres plus longs que celles qui mûrissent précocement, alors que les femmes, en moyenne, ont tendance à avoir un système squelettique plus petit et plus court que celui des hommes (voir Apparition de la menstruation, p. 152). L'une des conséquences de cette différence entre sexes est le centre de gravité plus bas et le squelette plus léger des femmes, caractéristiques qui peuvent les avantager dans des activités qui nécessitent de l'équilibre, de l'agilité et une constitution physique légère, comme le patinage artistique, la gymnastique et la course, tant les épreuves de sprint que celles de fond. Un centre de gravité plus bas et son effet sur l'équilibre peuvent également conférer aux femmes un avantage sur leurs opposants masculins plus grands dans les sports de combat, qui font appel à des techniques de ramassement, comme le judo et l'aïkido, ce qui compense en partie pour la différence probable de force physique entre les deux sexes.

Certaines caractéristiques distinctives du squelette féminin — bassin plus large et moins profond, et inclinaison centripète de la cuisse — sont un sujet fréquemment abordé en médecine sportive, en raison du prétendu désavantage mécanique attribuable, dans les épreuves de course, à la rotation résultante des cuisses, contrée par la rotation du tronc et un mouvement

excessif des bras. Dans les épreuves de course, il a été démontré que la corrélation entre la vitesse du déplacement et la largeur des hanches était passablement faible, encore que les meilleures coureuses aient des hanches typiquement étroites (Berg, 1984).

Chez les coureurs et les coureuses d'élite, on a constaté des différences entre sexes dans la longueur et le rythme de la foulée et dans la période d'appui et la période de non-appui, indépendamment de la taille corporelle, mais il n'a pas été déterminé si ces écarts étaient attribuables à des différences sexuelles dans la structure du corps (Sady et Freedson, 1984; Adrian, 1984). Une analyse cinématographique réalisée en 1984 sur la démarche d'étudiants en éducation physique lors d'épreuves de marche et de course n'a révélé aucune différence sexuelle significative dans la poussée verticale par foulée ou la poussée verticale totale par kilomètre de distance marché ou couru; la vitesse de déplacement des femmes à la course était plus lente, mais il n'y avait aucune différence sexuelle dans la vitesse de déplacement à la marche (Bhambhani et Singh, 1985).

Une autre différence squelettique constatée chez les femmes est la longueur moyenne (plus petite) de leur avant-bras par rapport à celui des hommes et l'angle différent qu'il forme avec le bras. Cette différence, associée à l'étroitesse plus marquée des épaules, est souvent invoquée pour expliquer le style moins efficace des femmes à l'épreuve du lancer, mais selon Bale (1982) et Young (1980), il semblerait que les facteurs environnementaux seraient tout aussi importants que les facteurs biologiques pour expliquer les différences sexuelles dans l'aptitude au lancer (voir Performance motrice, p. 137).

Adrian, M. Biomechanics of female athletes. *ICSSPE/CIEPSS review 7, 1984, 24-29.* SIRC/CDS

Bale, P.; Williams, H. An anthropometric prototype of female power lifters. *Journal of sports medicine and physical fitness 27 (2), 1987, 191-196.* SIRC/CDS

Bale, P.; Goodway, J. The anthropometric, and performance variables of elite and recreational female gymnasts. *New Zealand journal of sports medicine 15 (3), 1987, 63-66.* SIRC/CDS

Bale, P. et al. Relationships among physique, strength, and performance in women students. *Journal of sports medicine and physical fitness 25 (3), 1985, 98-103.* SIRC/CDS

Bale, P. Why do boys of all ages throw better than girls? *Momentum 7(3), 1982, 14-16.* SIRC/CDS

Barlett, H.L. et al. Body composition and expiratory reserve volume in female gymnasts and runners. *Medicine and science in sports and exercise 16 (3), 1984, 311-315.* SIRC/CDS

Bhalla, R. et al. The distribution pattern of subcutaneous fat with reference to level of physical activity in adult females. *Zeitschrift fur Morphologie und Anthropologie 74(2), 1983, 191-197.* SIRC/CDS

Bhambhani, Y.; Singh, M. Metabolic and cinematographic analysis of walking and running in men and women. *Medicine and science in sports and exercise 17(1), 1985, 131-137.* SIRC/CDS

Caldarone, G. et al. Anthropometric measurements, body composition, biological maturation and growth predictions in young female gymnasts of high agonistic level. *Journal of sports medicine and physical fitness 26 (3), 1986, 263-273.* SIRC/CDS

Carlson, J.S. et al. The female bodybuilder: a morphological, cardiorespiratory and strength performance comparison with non-weight trained female athletes. *Australian journal of science and medicine in sport 20 (1), 1988, 7-11.* SIRC/CDS

Clarkson, P.M. et al. Maximal oxygen uptake, nutritional patterns and body composition of adolescent female ballet dancers. *Research quarterly 56 (2), 1985, 180-185.* SIRC/CDS

Cote, R.W.; Wilmore, J.H. A practical assessment of body composition in young women. *Journal of sports medicine and physical fitness 26 (4), 1986, 427-430.* SIRC/CDS

Cushman, S. Body fat in the "average" woman runner. *Melpomene report 1 (2), 1982, 4-6.* SIRC/CDS

Drinkwater, B.L. Women and exercise: physiological aspects. *Exercise and sport sciences reviews 12, 1984, 21-51.* SIRC/CDS

Fleck, S.J. et al. Physical and physiological characteristics of elite women volleyball players. *Canadian journal of applied sport sciences 10 (3), 1985, 122-126.* SIRC/CDS

Freedson, P.S. et al. Physique, body composition, and psychological characteristics of competitive female body builders. *Physician and sportsmedicine 11(5), 1983, 85-90;93.* SIRC/CDS

Graves, J. E. et al. Body composition of elite female distance runners. *International journal of sports medicine 2 (8), 1987, 96-102.* SIRC/CDS

Hebbelinck, M. et al. Anthropometric characteristics of female Olympic rowers. *Canadian journal of applied sport sciences 5(4), 1980, 255-262.* SIRC/CDS

Khosla, T.; McBroom, V.C. Age, height and weight of female olympic finalists. *British journal of sports medicine 19 (2), 1985, 96-99.* SIRC/CDS

Khosla, T. Age, height and weight of female olympic finalists in running events. *British journal of sports medicine 19 (4), 1985, 214-216.* SIRC/CDS

Khosla, T. Sport for tall. *British medical journal (clinical research) 287(6394), 10 Sept 1983, 736-738.* SIRC/CDS

Lindboe, C.F.; Slettebo, M. Are young female gymnasts malnourished? An anthropometric, electrophysiological, and histological study. *European journal of applied physiology and occupational physiology 52(4), 1984, 457-462.* SIRC/CDS

Malina, R.M. et al. Fatness and fat patterning among athletes at the Montreal Olympic Games, 1976. *Medicine and science in sports and exercise 14(6), 1982, 445-452.* SIRC/CDS

Mann, R.; Herman, J. Kinematic analysis of olympic hurdle performance: women's 100 meters. *International journal of sport biomechanics 1 (2), 1985, 163-173.* SIRC/CDS

Mayhew, J.L. et al. Accuracy of anthropometric equations for estimating body composition in female athletes. *Journal of sports medicine and physical fitness 25 (3), 1985, 120-126.* SIRC/CDS

McCulloch, R.G. et al. Physical and performance characteristics of the 1985 Canadian women's national volleyball team. Regina, Sask.: University of Regina, 1985. SIRC/CDS

Michel, C.; Mandel, C. Surveillance médicale de jeunes sportifs pratiquant le patinage artistique sur glace. (Medical supervision of young ice-skating athletes.) *Médecine du sport 59 (3), 25 mai 1985, 48-52.* CDS/SIRC

Moffat, R. et al. Body composition of synchronized swimmers. *Canadian journal of applied sport sciences 5(3), 1980, 153-155.* SIRC/CDS

Moffat, R.J. et al. Body composition and physiological characteristics of female high school gymnasts. *Research quarterly 55(1), 1984, 80-84.* SIRC/CDS

Mokha, R.; Sidhu, L.S. Body fat in various sportive groups. *Journal of sports medicine and physical fitness 27 (3), 1987, 376-379.* SIRC/CDS

Mueller, W.H. et al. Fat patterning in athletes in relation to ethnic origin and sport. *Annals of human biology 9(4), 1982, 371-376.*

O'Toole, M.L. et al. The ultraendurance triathlete: a physiological profile. *Medicine and science in sports and exercise 19 (1), 1987, 45-50.* SIRC/CDS

Quinney, H.A. et al. Height, weight and height/weight ratio of Canadian children in 1979. *CAHPER journal R 49(1), 1982, 17-19.* SIRC/CDS

Sady, S.P.; Freedson, P.S. Body composition and structural comparisons of female and male athletes. *Clinics in sports medicine 3(4), 1984, 755-777.* SIRC/CDS

Song, T.M.K. Effects of seasonal training and anthropometry, flexibility, strength, and cardiorespiratory function on junior female track and field athletes. *Journal of sports medicine and physical fitness 23(2), 1983, 168-177.* SIRC/CDS

Staub, M. De la taille des gymnastes. *EPS: Éducation physique et sport 197, janv./févr. 1986, 20-21.* CDS/SIRC

Upton, S.J. et al. Comparative physiological profiles among young and middle-aged female distance runners. *Medicine and science in sports and exercise 16(1), 1984, 67-71.* SIRC/CDS

Vaccaro, P. et al. Physiological characteristics of masters female distance runners. *Physician and sportsmedicine 9(7), 1981, 105-108.* SIRC/CDS

Vercruyssen, M.; Shelton, L. Intraseason changes in the body composition of collegiate female gymnasts. *Journal of sports sciences 6 (3), 1988, 205-217.* SIRC/CDS

Walsh, F.K. et al. Estimation of body composition of female intercollegiate basketball players. *Physician and sportsmedicine 12(11), 1984, 74-81;85;89.* SIRC/CDS

Webb, J.L.; Proctor, A.J. Anthropometric, training and menstrual differences of three groups of American collegiate female runners. *Journal of sports medicine and physical fitness 23(2), 1983, 201-209.* SIRC/CDS

Weiss, L.W.; Clark, F.C. Three protocols for measuring subcutaneous fat thickness on the upper extremities. *European journal of applied physiology and occupational physiology 56 (2), 1987, 217-221.* SIRC/CDS

Welch, P.K. et al. Nutrition education, body composition, and dietary intake of female college athletes. *Physician and sportsmedicine 15 (1), 1987, 63-64;67-69;73-74.* SIRC/CDS

Wells, C.L. Women, sport, and performance: a physiological perspective. Champaign, Ill.: Human Kinetics Publishers, 1985. SIRC/CDS

Williams, K. R. et al. Biomechanical studies of elite female distance runners. *International journal of sports medicine 2 (8), 1987, 107-118.* SIRC/CDS

Wilmore, J.H. Body composition in sport and exercise: directions for future research. *Medicine and science in sports and exercise 15(1), 1983, 21-31.* SIRC/CDS

Withers, R.T. et al. Relative body fat and anthropometric prediction of body density of female athletes. *European journal of applied physiology and occupational physiology 56 (2), 1987, 169-180.* SIRC/CDS

Zando, K.A.; Robertson, R.J. The validity and reliability of the Cramer Skyndex Caliper in the estimation of percent body fat. *Athletic training 22 (1), 1987, 23-25.* SIRC/CDS

Aptitude à la performance

L'aptitude à la performance se décompose en cinq éléments fondamentaux :

a) puissance et capacité des systèmes énergétiques;
b) efficacité et capacité du système cardio-vasculaire;
c) endurance musculaire;
d) force musculaire; et,
e) souplesse générale du corps.

Dyer (1982, chapitres 3 et 6) et Wells (1985, parties I et V) examinent de façon exhaustive ces différents éléments et leurs rapports avec la performance athlétique féminine. Certains aspects particuliers du conditionnement physique seront examinés ici à partir des auteurs mentionnés plus haut, sauf indications contraires.

Systèmes énergétiques anaérobie et aérobie

Trois systèmes reliés réciproquement fournissent de l'énergie aux muscles : deux de ces systèmes opèrent par voie anaérobie, c'est-à-dire sans oxygène, et un par voie aérobie, c'est-à-dire en présence d'oxygène. Les besoins d'énergie à court terme (laps de temps pouvant aller jusqu'à dix secondes), qui se manifestent, par exemple, dans des épreuves explosives comme le sprint et le saut, sont satisfaits par la combustion des phosphates emmagasinés dans les muscles. Les épreuves de montée d'escaliers, qui permettent de mesurer l'aptitude à utiliser les réserves de phosphates stockées dans les muscles des jambes, révèlent peu de différences entre les hommes et les femmes lorsque les valeurs sont exprimées par rapport au poids du corps. On relève toutefois, comme prévu, des différences basées sur l'intensité de l'entraînement et le type de discipline sportive : les athlètes les mieux entraînées, et celles qui pratiquent une discipline exigeant une puissance optimale des jambes, fournissent les meilleures performances lors de ces épreuves.

Les besoins d'énergie à moyen terme (laps de temps allant approximativement de 30 secondes à deux minutes) sont comblés par le métabolisme de l'acide lactique : le glycogène emmagasiné dans les muscles se transforme partiellement pour donner de l'acide lactique et de l'adénosine-triphosphate (ATP). Les concentrations d'acide lactique mesurées chez des femmes soumises à des exercices physiques prolongés se sont révélées plus faibles que chez les hommes, ce qui indiquerait que les femmes disposaient de moins grandes réserves d'énergie. Mais il se pourrait que, dans ces études, les charges de travail imposées aux sujets féminins aient été moins élevées que celles des sujets masculins. Les femmes sédentaires, aussi bien que les athlètes entraînées, réagissent à des régimes d'entraînement de haute intensité, affichant une amélioration du seuil et de la puissance aérobies (Wells, 1985, chapitre 14; Gibbons et coll., 1983).

Le troisième système, le système aérobie, c'est-à-dire à base d'oxygène, fait appel au glycogène et aux graisses comme sources d'énergie. Il se révèle important dans les activités exécutées à un rythme sous-maximal pendant une période prolongée. Les principaux facteurs qui interviennent dans l'absorption de l'oxygène sont la capacité de transport de l'oxygène du sang, qui dépend primordialement de la concentration en hémoglobine, le débit cardiaque, qui dépend du volume du coeur et des battements cardiaques, et l'utilisation de l'oxygène par les cellules, c'est-à-dire la différence entre l'oxygène artériel et l'oxygène veineux. Jusqu'à la puberté, les différences sexuelles au niveau de ces facteurs sont minimes; après la puberté, les différences sexuelles observées dans la masse maigre du corps et la proportion de graisses se traduisent, dans une certaine mesure, par des différences au niveau de l'efficacité du système aérobie, bien que ces différences soient également imputables à des facteurs environnementaux et physiologiques.

L'absorption maximale d'oxygène ou volume maximal (V02 max) est la façon habituelle de mesurer l'état de santé cardio-vasculaire et la puissance aérobie maximale. Le volume d'oxygène maximal peut être exprimé en chiffres absolus, ou mis en rapport avec le poids corporel ou la masse maigre du corps. Chez les athlètes qui font de la compétition dans un même sport, les différences entre hommes et femmes s'établissent en moyenne à 51,5 p. 100, 18,6 p. 100 et 9 p. 100 respectivement. Les différences dans la taille et la constitution du corps expliquent la plupart des différences sexuelles observées entre athlètes masculins et féminins pratiquant un même sport; bien que certaines différences biologiques fondamentales au niveau du débit cardiaque, de la capacité de transport d'oxygène du sang et de la masse musculaire chez les hommes et les femmes pourraient se traduire par un écart sexuel théorique d'environ 10 p. 100, l'écart observé n'a été en fait que de 4 à 5 p. 100 chez des athlètes pratiquant le ski nordique (Drinkwater, 1984b).

Par conséquent, on ne peut affirmer avec certitude que toute différence sexuelle dans le volume d'oxygène maximal est déterminée de façon biologique. Ce sont les exigences physiques d'une discipline particulière, et non pas le sexe des participants, qui constituent le facteur primordial du volume d'oxygène maximal chez les athlètes; les hommes et les femmes qui pratiquent un même sport enregistrent des valeurs du V02 maximal plus près les unes des autres que ne le font entre elles des femmes s'adonnant à des sports différents. Les recherches que mène O'Toole, par exemple, révèlent que les hommes et les femmes qui participent au triathlon ont des valeurs qui se comparent mieux entre elles qu'avec celles obtenues chez des personnes sédentaires du même sexe (O'Toole, et coll., 1987).

Alexander, M. et al. A comparison of heart rate responses in females by player position in standard and zoneless ringette. *Research quarterly 59 (1), 1988, 42-49.* SIRC/CDS

Alexander, M.J.L.; Butcher, J.E. A comparison of heart rate responses of females in standard and zoneless ringette. Winnipeg, Man.: University of Manitoba, Faculty of Physical Education and Recreation Studies, 1985. SIRC/CDS

Arabas, C. et al. Relationships among work rates, heart rates, and blood lactate levels in female swimmers. *Journal of sports medicine and physical fitness 27 (3), 1987, 291-295.* SIRC/CDS

Beuter, A. et al. Adjustments to high altitude trekking among women. *Sportwissenschaft 18 (3), 1988, 296-308.* SIRC/CDS

Bjurstroem, R.L.; Schoene, R.B. Control of ventilation in elite synchronized swimmers. *Journal of applied physiology 63 (3), 1987, 1019-1024.* SIRC/CDS

Bunc, V. et al. Ventilatory threshold in various groups of highly trained athletes. *International journal of sports medicine 8 (4), 1987, 275-280.* SIRC/CDS

Cantwell, J. D. Medical evaluation, electrocardiographic analysis, and exercise testing of elite women distance runners. *International journal of sports medicine 2 (8), 1987, 77-80.* SIRC/CDS

Criellard, J.M.; Prinay, F. Influence du sexe sur la puissance anaérobie alactique. *Médecine du sport 59 (1), 1985, 31-35.* CDS/SIRC

Criellard, J.M.; Prinay, F. Puissance anaérobie alactique: détermination dans une population féminine. *Sport: Communauté française de Belgique 28 (2), 1985, 104-111.* CDS/SIRC

Drinkwater, B.L. Female endurance athletes. Champaign, Ill.: Human Kinetics Publishers, 1986. SIRC/CDS

Drinkwater, B.L. Women and exercise: physiological aspects. *Exercise and sport sciences reviews 12, 1984a, 21-51.* SIRC/CDS

Drinkwater, B.L. Women's physiological response to exercise - selected topics. *ICSSPE/CIEPSS review 7, 1984b, 19-24.* SIRC/CDS

Dyer, K.F. Challenging the men: the social biology of female sporting achievement. St. Lucia, Qld.: University of Queensland Press, 1982. SIRC/CDS, SIRLS

Gibbons, E.S. The significance of anaerobic threshold in exercise prescription. *Journal of sports medicine and physical fitness 27 (3), 1987, 357-361.* SIRC/CDS

Hagan, R.D. et al. Marathon performance in relation to maximal aerobic power and training indices in female distance runners. *British journal of sports medicine 21 (1), 1987, 3-7.* SIRC/CDS

Kindermann, W. À propos de la capacité cardio-pulmonaire de la femme. *Revue de l'Amicale des entraîneurs français d'athlétisme 91, avr./mai/juin 1985, 5-7.* CDS/SIRC

Kline, G.M. et al. Estimation of VO2 max from a one-mile track walk, gender, age, and body weight. *Medicine and science in sports and exercise 19 (3), 1987, 253-259.* SIRC/CDS

Loftin, M. et al. Influence of physiological function and perceptual effort on 1.5 miles performance in college women. *Journal of sports medicine and physical fitness 26 (3), 1986, 214-218.* SIRC/CDS

Martin, D. E.; May, D. F. Pulmonary function characteristics in elite women distance runners. *International journal of sports medicine 2 (8), 1987, 84-90.* SIRC/CDS

Massicotte, D.R. et al. Prédiction du VO2 max à partir des courses de 800, 1600 et 2400 mètres chez les jeunes âgés de 6 à 17 ans. *CAHPER/ACSEPL journal 51 (6), 1985, 25-29.* CDS/SIRC

Maud, P.J.; Shultz, B.B. Gender comparisons in anaerobic power and anaerobic capacity tests. *British journal of sports medicine 20 (2), 1986, 51-54.* SIRC/CDS

Mayhew, J.L. et al. Relationship of acceleration momentum to anaerobic power measurements. *Journal of sports medicine and physical fitness 26 (3), 1986, 209-213.* SIRC/CDS

McCulloch, R. et al. The relationship of aerobic and anaerobic power to game jumping performance of elite volleyball players. Regina, Sask.: University of Regina, 1985. SIRC/CDS

Miller, J.F.; Stamford, B.A. Intensity and energy cost of weighted walking vs. running for men and women. *Journal of applied physiology 62 (4), 1987, 1497-1501.* SIRC/CDS

O'Toole, M.L.; Douglas, P.S. Fitness: definition and development. *In, Shangold, M. and Mirkin, G. eds., Women and exercise: physiology and sports medicine. Philadelphia: F.A. Davis, 1988, p. 3-22.* SIRC/CDS

O'Toole, M.L. et al. The ultraendurance triathlete: a physiological profile. *Medicine and science in sports and exercise 19 (1), 1987, 45-50.* SIRC/CDS

Pate, R. R. et al. Cardiorespiratory and metabolic responses to submaximal and maximal exercise in elite women distance runners. *International journal of sports medicine 2 (8), 1987, 91-95.* SIRC/CDS

Pollak, S. J. et al. Echocardiographic analysis of elite women distance runners. *International journal of sports medicine 2 (8), 1987, 81-83.* SIRC/CDS

Ramsbottom, R. et al. Determinants of five kilometre running performance in active men and women. *British journal of sports medicine 21 (2), 1987, 9-13.* SIRC/CDS

Ready, E.; van der Merwe, M. Physiological monitoring of the 1984 Canadian Women's Olympic Field Hockey Team. *CounterAttack 6 (3), 1986/1987, 48-55.* SIRC/CDS

Thorland, W.G. et al. Strength and anaerobic responses of elite young female sprint and distance runners. *Medicine and science in sports and exercise 19 (1), 1987, 56-61.* SIRC/CDS

Wells, C.L. Women, sport, and performance: a physiological perspective. Champaign, Ill.: Human Kinetics Publishers, 1985. SIRC/CDS

Yoshida, T. et al. Blood lactate parameters related to aerobic capacity and endurance performance. *European journal of applied physiology and occupational physiology 56 (1), 1987, 7-11.* SIRC/CDS

Réponse à l'entraînement

Les femmes enregistrent la même réponse à l'entraînement et le même pourcentage d'amélioration que les hommes lorsqu'elles s'entraînent à des niveaux d'intensité suffisamment élevés (Drinkwater, 1984b; Wells, 1985).

Dyer (1982, chapitre 6) a examiné les effets de l'entraînement sur les différences sexuelles en se basant sur trois paramètres physiologiques: la concentration en hémoglobine, le volume sanguin et le volume cardiaque. Ses conclusions s'établissent comme suit :

	Différence sexuelle chez des sujets non entraînés	Différence sexuelle chez des sujets entraînés
Hémoglobine	26,7 %	8,8 %
Volume sanguin	17,2	1,7
Volume cardiaque	24,1	3,2

Les conclusions de Dyer font ressortir les distorsions probables qui résultent de toute comparaison, entre hommes et femmes non entraînés, des mesures liées à l'état de santé : l'atténuation spectaculaire des différences sexuelles après entraînement révèle que, même lorsqu'ils sont dans un état dit de non-entraînement, les hommes, pour une foule de raisons socio-culturelles, sont plus en mesure que les femmes de se rapprocher de leur plein potentiel physique. Les attitudes et les pratiques sociétales vis-à-vis du comportement prôné pour les deux sexes, qui servent à restreindre l'activité physique chez les femmes à partir d'un âge très précoce, sont de toute évidence des facteurs importants dans ce schéma (voir La socialisation dans le sport, p. 50 et Sport, sexe et sexualité, p. 52).

En raison de la participation accrue des femmes à des programmes de danse aérobie au cours de la dernière décennie, plusieurs études récentes ont cherché à savoir si les réponses à l'entraînement dans le cadre de cette activité étaient comparables à celles d'autres exercices aérobies. Comme dans toutes les activités aérobies, ce sont l'intensité, la durée et la fréquence des exercices qui déterminent si les buts souhaités de l'entraînement, c'est-à-dire l'augmentation du V02 maximal, la diminution de la fréquence cardiaque au repos et le ralentissement du rythme cardiaque au cours des exercices sous-maximaux, sont atteints. Il a été observé que la participation régulière à un programme de danse aérobie suffisamment intense produisait ces résultats (Cohen, 1984; Eickhoff et coll., 1983; Milburn et Butts, 1983).

Allen, T.E. et al. Metabolic and cardiorespiratory responses of young women to skipping and jogging. *Physician and sportsmedicine 15 (5), 1987, 109-112;116.* SIRC/CDS

Apple, F.S. et al. Skeletal muscle creatine kinase MB alterations in women marathon runners. *European journal of applied physiology and occupational physiology 56 (1), 1987, 49-52.* SIRC/CDS

Arabas, C. et al. Relationships among work rates, heart rates, and blood lactate levels in female swimmers. *Journal of sports medicine and physical fitness 27 (3), 1987, 291-295.* SIRC/CDS

Beuter, A. et al. Adjustments to high altitude trekking among women. *Sportwissenschaft 18 (3), 1988, 296-308.* SIRC/CDS

Blatchford, F.K. et al. Plasma FFA response to prolonged walking in untrained men and women. *European journal of applied physiology and occupational physiology 53 (4), 1985, 343-347.* SIRC/CDS

Blessing, D.L. et al. Training factors and physical fitness among aerobic dance instructors. *Perceptual and motor skills 65 (1), 1987, 47-52.* SIRC/CDS

Blyth, M.; Goslin, B.R. Cardiorespiratory responses to "aerobic dance". *Journal of sports medicine and physical fitness 25 (1/2), 1985, 57-64.* SIRC/CDS

Bunt, J.C. et al. Sex and training differences in human growth hormone levels during prolonged exercise. *Journal of applied physiology 61 (5), 1986, 1796-1801.* SIRC/CDS

Burkett, L.N. et al. Physiologic effects of distance running training on teenager females. *Research quarterly 56 (3), 1985, 215-220.* SIRC/CDS

Chambers, B. Fitness of dancers and varsity athletes. *Journal of physical education, recreation & dance 52(5), 1981, 46;49.* SIRC/CDS

Clanton, T.L. et al. Effects of swim training on lung volumes and inspiratory muscle conditioning. *Journal of applied physiology 62 (1), 1987, 39-46.* SIRC/CDS

Cohen, A. Dance - aerobic and anaerobic. *Journal of physical education, recreation & dance 55(3), 1984, 51-53.* SIRC/CDS

Cordain, L.; Ruhling, R.O. Short term aerobic training reduces residual lung volume in women. *Journal of sports medicine and physical fitness 25 (4), 1985, 188-193.* SIRC/CDS

Dowdy, D.B. et al. Effects of aerobic dance on physical work capacity, cardiovascular function and body composition of middle-aged women. *Research quarterly 56 (3), 1985, 227-233.* SIRC/CDS

Drinkwater, B.L. Women and exercise: physiological aspects. *Exercise and sport sciences reviews 12, 1984, 21-51.* SIRC/CDS

Drinkwater, B.L. Women's physiological response to exercise - selected topics. *ICSSPE/CIEPSS review 7, 1984, 19-24.* SIRC/CDS

Dyer, K. Catching up the men. *New scientist 1415, 2 Aug 1984, 25-26.* SIRC/CDS

Eickhoff, J. et al. Selected physiological and psychological effects of aerobic dancing among young adult women. *Journal of sports medicine and physical fitness 23(3), 1983, 273-280.* SIRC/CDS

Ferris, E.A.E. Sex differences in athletic potential. *Journal of biosocial science supplement 7, 1981, 117-128.* SIRC/CDS

Gibbons, E.S. et al. Effects of various training intensity levels on anaerobic threshold and aerobic capacity in females. *Journal of sports medicine and physical fitness 23(3), 1983, 315-318.* SIRC/CDS

Jetté, M. et al. Effects of three heavy-resistance weight training programs on the upper body strength of young women. *Canadian journal of sport sciences 12 (2), 1987, 71-77.* SIRC/CDS

Johnson, S. et al. The effect of training frequency of aerobic dance on oxygen uptake, body composition and personality. *Journal of sports medicine and physical fitness 24 (4), 1984, 290-298.* SIRC/CDS

Juerimaee, T. et al. The effect of similar aerobic gymnastics and running programs on physical working capacity and blood lipids and lipoproteins in female university students. *Sportorvosi szemle/Hungarian review of sports medicine 26 (4), 1985, 251-256.* SIRC/CDS

Krahenbuhl, G.S. et al. Serum testosterone and adult female trainability. *Journal of sports medicine and physical fitness 18(4), 1978, 359-364.* SIRC/CDS

Lowdon, B.J.; Ross, K.N. Are beginners in aerobics classes being overstressed? *CAHPER national journal 108, Winter 1985, 22-25.* SIRC/CDS

Mahler, D.A. et al. Physiologic changes in rowing performance associated with training in collegiate women rowers. *International journal of sports medicine 6 (4), 1985, 229-233.* SIRC/CDS

Marcinik, E.J. et al. Fitness changes of naval women following aerobic based programs featuring calisthenic or circuit weight training exercises. *European journal of applied physiology and occupational physiology 54 (3), 1985, 244-249.* SIRC/CDS

Martin, K. Soft aerobics: gain without pain? *Ms., Apr 1986, 52-54.*

Mayes, R. et al. The influence of training on endurance and blood lactate concentration during submaximal exercise. *British journal of sports medicine 21 (3), 1987, 119-124.* SIRC/CDS

Milburn, S.; Butts, N.K. A comparison of the training responses to aerobic dance and jogging in college females. *Medicine and science in sports and exercise 15(6), 1983, 510-513.* SIRC/CDS

Miller, J.F.; Stamford, B.A. Intensity and energy cost of weighted walking vs. running for men and women. *Journal of applied physiology 62 (4), 1987, 1497-1501.* SIRC/CDS

Nelson, D.J. et al. Cardiac frequency and caloric cost of aerobic dancing in young women. *Research quarterly 59 (3), 1988, 229-233.* SIRC/CDS

Pels, A.E. et al. Effects of leg press training on cycling, leg press, and running peak cardiorespiratory measures. *Medicine and science in sports and exercise 19 (1), 1987, 66-70.* SIRC/CDS

Rosiello, R.A. et al. Cardiovascular responses to rowing. *Medicine and science in sports and exercise 19 (3), 1987, 239-245.* SIRC/CDS

Rubal, B.J. et al. Effects of physical conditioning on the heart size and wall thickness of college women. *Medicine and science in sports and exercise 19 (5), 1987, 423-429.* SIRC/CDS

Sagiv, M. et al. Effect of isometric vs. running training programs on left ventricular and hemodynamic alterations at rest on healthy adolescent girls. *International journal of sports cardiology 3 (1), 1986, 30-34.* SIRC/CDS

Santiago, M.C. et al. Physiological responses of sedentary women to a 20-week conditioning program of walking or jogging. *Scandinavian journal of sports sciences 9 (2), 1987, 33-39.* SIRC/CDS

Tomassoni, T.L. et al. Effects of a rebound exercise training program on aerobic capacity and body composition. *Physician and sportsmedicine 13 (11), 1985, 110-115.* SIRC/CDS

Watterson, V.V. The effects of aerobic dance on cardiovascular fitness. *Physician and sportsmedicine 12(10), 1984, 138-141;144-145.* SIRC/CDS

Whitley, J.D.; Schoene, L.L. Comparison of heart rate responses: water walking versus treadmill walking. *Physical therapy 67 (10), O1987, 1501-1504.* SIRC/CDS

Williams, L.D.; Morton, A.R. Changes in selected cardiorespiratory responses to exercise and in body composition following a 12-week aerobic dance programme. *Journal of sports sciences 4 (3), 1986, 189-199.* SIRC/CDS

Force musculaire et endurance

Les fibres musculaires peuvent être classées en fibres à contraction lente et en fibres à contraction rapide, selon leur composition et leur capacité métabolique : les fibres à contraction lente sont adaptées aux exercices aérobies prolongés, tandis que les fibres à contraction rapide conviennent au dégagement de puissance explosive. Les individus de l'un ou l'autre sexe qui ont un pourcentage plus élevé de fibres à contraction lente sont donc prédisposés à avoir plus de succès dans les activités d'endurance comme la course de fond et le cyclisme. Étant donné que le rapport entre ces deux sortes de fibres est lié à l'hérédité, il ne se modifie pas au cours de l'entraînement, bien qu'il puisse en résulter une augmentation de volume. On n'a pas relevé de différences sexuelles significatives dans le rapport fibres lentes/fibres rapides chez les athlètes pratiquant une même discipline sportive (Drinkwater, 1984).

Il y a toutefois des différences sexuelles dans le volume fibreux, qui se reflètent par des différences dans la force musculaire des hommes et des femmes; cependant, lorsque les valeurs concernant des zones fibreuses précises du corps sont exprimées en fonction de la taille corporelle ou de la masse maigre du corps, les différences entre sexes sont grandement atténuées, notamment en ce qui a trait à la force des jambes. Globalement, les muscles représentent chez les femmes une proportion plus faible du poids corporel que chez les hommes; les femmes ont des muscles plus souples, ce qui compense en partie pour leur force musculaire généralement moins prononcée. Le rapport entre la force musculaire et le volume musculaire (pris en coupe) est le même chez les deux sexes.

Il a été démontré que les programmes d'entraînement qui visent le développement de la force physique donnent de meilleurs résultats (jusqu'à 50 p. 100) chez les femmes que chez les hommes, vraisemblablement parce que celles-ci étaient plus éloignées de leur potentiel de force au début du programme d'entraînement. L'accroissement de la force chez les femmes s'accompagne d'une légère augmentation du volume musculaire, notamment au niveau des bras et des épaules; étant donné, toutefois, que les femmes ont des concentrations de testostérone (hormone de stimulation de la croissance) plus faibles que les hommes, il est peu probable qu'elles connaissent des augmentations de volume musculaire aussi marquées que celles des hommes qui font régulièrement des exercices de force (Wilmore, 1977).

L'entrée des femmes dans les écoles militaires américaines en 1976 a créé des occasions d'observer leur forme physique dans des conditions contrôlées. Une étude réalisée en 1979 a permis de conclure que les normes nationales concernant la forme physique étaient au-dessous du potentiel réel des femmes : la force d'extension de la partie supérieure du corps, la capacité aérobie et la force abdominale d'élèves-officiers de sexe féminin de l'école de l'air s'étaient considérablement améliorées après une période d'entraînement physique intense d'une durée de quatre semaines, les résultats finals révélant des performances bien supérieures à celles d'étudiants du même âge fréquentant l'université (Thomas, 1979). Une étude réalisée en 1984 sur des élèves-officiers de l'école navale a permis de mettre en évidence des améliorations marquées de la performance moyenne des femmes par rapport aux sept années antérieures, en particulier une amélioration de la force de la partie supérieure du corps; les élèves-officiers masculins n'ont pas montré beaucoup d'améliorations statistiques, vraisemblablement parce que leur forme et leur force physiques étaient déjà élevées au départ (Cox et Lenz, 1984; Stiehm, 1981).

Anderson, D.S. et al. Electromyographic analysis of selected muscles during sitting push-ups: effects of position and sex. *Physical therapy 64(1), Jan 1984, 24-28.* SIRC/CDS

Barnes, W.S. et al. Absolute and relative power output in men and women. *Perceptual and motor skills 63 (3), 1986, 1309-1310.* SIRC/CDS

Berg, K. et al. Muscular fitness profile of female college basketball players. *Journal of orthopaedic and sports physical therapy 7 (2), 1985, 59-64.* SIRC/CDS

Costill, D. L. et al. Muscle fiber composition and enzyme activities in elite female distance runners. *International journal of sports medicine 2 (8), 1987, 103-106.* SIRC/CDS

Cox, J.S.; Lenz, H.W. Women midshipmen in sports. *American journal of sports medicine 12(3), 1984, 241-243.* SIRC/CDS

Cureton, K.J. et al. Muscle hypertrophy in men and women. *Medicine and science in sports and exercise 20 (4), 1988, 338-344.* SIRC/CDS

Dahlstroem, M. et al. Muscle fiber characteristics in female dancers during an active and an inactive period. *International journal of sports medicine 8 (2), 1987, 84-87.* SIRC/CDS

Dibrezzo, R. et al. Peak torque values of the knee extensor and flexor muscles of females. *Journal of orthopaedic and sport physical therapy 7 (2), 1985, 65-68.* SIRC/CDS

Doelen, J.V. Women perform well in physically demanding jobs. *Employee health & fitness 6(2), 1984, 13-16.* SIRC/CDS

Drinkwater, B.L. Women's physiological response to exercise - selected topics. *ICSSPE/CIEPSS review 7, 1984, 19-24.* SIRC/CDS

Dunn, B. Strength training for women: issues and answers. *National Strength & Conditioning Association journal 4(3), 1982, 32-34.* SIRC/CDS

Ewing, J.L.; Stull, G.A. Rate of force development in the handgripping muscles by females as a function of fatigue level. *Research quarterly 55(1), 1984, 17-23.* SIRC/CDS

Gerard, E.S. et al. Skeletal muscle profiles in elite springboard and platform divers. *American journal of sports medicine 15 (2), 1987, 125-128.* SIRC/CDS

Kauffman, T.L. Strength training effect in young and aged women. *Archives of physical medicine and rehabilitation 66 (4), 1985, 223-226.* SIRC/CDS

McCartney, N. et al. Torque-velocity relationship in isokinetic cycling exercise. *Journal of applied physiology 58 (5), 1985, 1459-1462.* SIRC/CDS

Meadors, W.J. et al. A comparison of three conditioning protocols on the muscular strength and endurance of sedentary college women. *Athletic training 18(3), 1983, 240-242.* SIRC/CDS

St-Pierre, D. et al. The effects of endurance and power training on skeletal muscle enzyme activities in young females. *Journal of sports medicine and physical fitness 23(3), 1983, 281-285.* SIRC/CDS

Stiehm, J. Bring me men. *In, Stiehm, J., Upper body strength: physical education and athletics. Berkeley: University of California Press, 1981, p. 147-177.*

Telford, R.D. et al. Leg strength of athletes in 14 different sports. *Sports science & medicine quarterly 2 (1), 1985, 6-9.* SIRC/CDS

Thomas, J.C. Women's sports and fitness programs at the US Air Force Academy. *Physician and sportsmedicine 7(4), 1979, 59-61;64-65;68.* SIRC/CDS

Weiss, L.W. et al. Comparison of serum testosterone and androstenedione responses to weight lifting in men and women. *European journal of applied physiology and occupational physiology 50(3), 1983, 413-419.* SIRC/CDS

Weiss, L.W. Upper extremity assessment of muscularity in young children. *Journal of orthopaedic and sports physical therapy 8 (8), 1987, 397-401.* SIRC/CDS

Wilmore, J.H.; Erdelyi, G.J. Female athlete: gynecological survey of female athletes. *Journal of school health 47(4), 1977, 227-233.* SIRC/CDS

Souplesse

La souplesse des muscles, des tendons et des ligaments est liée à une performance sportive plus efficace, par exemple, des foulées plus longues à la course, de meilleures techniques à la course à obstacles et des mouvements plus efficaces des bras et des jambes à la natation. Les femmes de tous les groupes d'âge sont plus souples que leurs collègues masculins; une plus grande flexibilité des articulations et des cartilages de la ceinture pelvienne, de la colonne vertébrale et des pieds font que les femmes sont mieux adaptées aux mouvements de bondissement, d'atterrissage et d'extension. Les tendons et les ligaments plus petits, chez la moyenne des femmes, pourraient expliquer la plus grande mobilité de certaines articulations (Hunter, 1984).

Le moyen le plus courant d'évaluer la souplesse est le flexomètre (planche d'appui), qui permet de mesurer la flexion du tronc et la souplesse du jarret. Chez les jeunes filles, la souplesse s'améliore continuellement de 10 à 18 ans et commence à diminuer graduellement à partir de l'âge adulte (Stephens, 1983; Ross et coll., 1985). Bien que la souplesse soit reconnue de plus en plus comme un élément intégral de la bonne forme physique et un facteur important de prévention des blessures, il est peut-être significatif qu'elle ne fasse pas partie du champ d'étude de certaines enquêtes sur l'état de santé : l'importance particulière que l'on accorde à la trilogie «plus rapide, plus haut, plus fort» dans les sports de compétition chez les hommes se reflète dans l'intérêt que l'on porte aux mesures de la condition physique qui ont des liens manifestes et directs avec la performance sportive, c'est-à-dire, les mesures de la rapidité, de la force et de l'endurance.

Badelon, B. et al. Bilan rachimétrique des 250 meilleures G.R.S. (gymnastique rythmique et sportive) au cours du XI[e] Championnat du Monde à Strasbourg. Étude critique. *Médecine du sport 59 (2), 25 mars 1985, 41-43.* CDS/SIRC

Borms, J. et al. Optimal duration of static stretching exercises for improvement of coxo-femoral flexibility. *Journal of sports sciences 5 (1), 1987, 39-47.* SIRC/CDS

Chambers, B. Fitness of dancers and varsity athletes. *Journal of physical education, r creation & dance 52(5), 1981, 46;49.* SIRC/CDS

Docherty, D.; Bell, R.D. The relationship between flexibility and linearity measures in boys and girls 6-15 years of age. *Journal of human movement studies 11 (5), 1985, 279-288.* SIRC/CDS

Dummer, G.M. et al. Muscular strength and flexibility of two female masters swimmers in the eighth decade of life. *Journal of orthopaedic and sports physical therapy 6(4), 1985, 235-237.* SIRC/CDS

Hardy, L. Improving active range of hip flexion. *Research quarterly for exercise & sport 56 (2), 1985, 111-114.* SIRC/CDS

Hunter, L.Y. Women's athletics: the orthopedic surgeon's viewpoint. *Clinics in sports medicine 3(4), 1984, 809-827.* SIRC/CDS

Levarlet-Joye, H.; Simon, M. Study of gymnastics and litheness of aged persons. *Journal of sports medicine and physical fitness 23(1), 1983, 8-13.* SIRC/CDS

Lucas, R.C.; Koslow, R. Comparative study of static, dynamic, and proprioceptive neuromuscular facilitation stretching techniques on flexibility. *Perceptual and motor skills 58(2), 1984, 615-618.* SIRC/CDS

Raab, D.M. et al. Light resistance and stretching exercise in elderly women: effect upon flexibility. *Archives of physical medicine and rehabilitation 69 (4), 1988, 268-272.* SIRC/CDS

Ross, J. et al. National children and youth fitness study report. *JOPERD 56 (1), 1985, 44-85.*

Stephens, T. Condition physique et mode de vie au Canada: rapport de l'Enquête condition physique Canada. Fitness and lifestyle in Canada: a report by Canada Fitness Survey. Ottawa: Fitness and Amateur Sport / Condition physique et Sport amateur, 1983. SIRC/CDS

Thermorégulation

La régulation de la température corporelle chez les femmes au cours d'exercices physiques effectués par des températures élevées dépend de facteurs comme le taux de sudation, le rapport entre la surface de la peau et le poids, la teneur de l'organisme en eau et le métabolisme. Une revue effectuée en 1984 des diverses études ayant eu pour objet la thermorégulation chez les hommes et les femmes a fait ressortir qu'il y avait plus de similitudes que de différences entre les sexes, et que certains des travaux de recherche antérieurs n'avaient pas fait entrer en ligne de compte les différents niveaux de condition physique, d'acclimatation à la chaleur et d'intensité des exercices. De façon générale, il a été constaté que la réponse aux contraintes thermiques dépendait plus de l'état du système cardio-vasculaire que du sexe : l'entraînement abaisse les seuils de sudation et vasodilatation (Drinkwater, 1984; Haymes, 1984).

Lorsque les hommes et les femmes s'entraînaient à la même intensité relative, dans des conditions atmosphériques chaudes et sèches, les différences étaient minimes, tandis que dans des conditions chaudes et humides, le rapport plus grand entre la surface cutanée et le poids chez les femmes facilitait les déperditions thermiques et leur conférait une plus grande tolérance à la chaleur (Haymes, 1984). Il a été également observé que le cycle menstruel avait peu d'effet sur la thermorégulation et que l'âge n'abaissait pas la capacité de sudation (Stephenson et coll., 1982; Drinkwater et coll., 1982; Sawka et coll., 1983).

Anderson, R.K.; Kenney, W.L. Effect of age on heat-activated sweat gland density and flow during exercise in dry heat. *Journal of applied physiology 63 (3), 1987, 1089-1094.* SIRC/CDS

Carpenter, A.J.; Nunneley, S.A. Endogenous hormones subtly alter women's response to heat stress. *Journal of applied physiology 65 (5), 1988, 2313-2317.* SIRC/CDS

Drinkwater, B.L. et al. Sweating sensitivity and capacity of women in relation to age. *Journal of applied physiology: respiratory, environmental and exercise physiology 53(3), 1982, 671-676.* SIRC/CDS

Drinkwater, B.L. Women and exercise: physiological aspects. *Exercise and sport sciences reviews 12, 1984, 21-51.* SIRC/CDS

Dulac, S. et al. Metabolic and hormonal responses to long-distance swimming in cold water. *International journal of sports medicine 8 (5), 1987, 352-356.* SIRC/CDS

Graham, T.E. Alcohol ingestion and sex differences on the thermal responses to mild exercises in a cold environment. *Human biology 55(2), 1983, 463-476.* SIRC/CDS

Graham, T.E.; Lougheed, M.D. Thermal responses to exercise in the cold: influence of sex differences and alcohol. *Human biology 57 (4), 1985, 687-698.* SIRC/CDS

Haymes, E.M. Physiological responses of female athletes to heat stress: a review. *Physician and sportsmedicine 12(3), 1984, 45-48;51-53;56;59.* SIRC/CDS

Hirata, K. et al. Effects of human menstrual cycle on thermoregulatory vasodilation during exercise. *European journal of applied physiology and occupational physiology 54 (6), 1986, 559-565.* SIRC/CDS

Hong, S.K. et al. Cold acclimatization and deacclimatization of Korean women divers. *Exercise and sport sciences reviews 14, 1986, 231-268.* SIRC/CDS

Lamont, L.S. Sweat lactate secretion during exercise in relation to women's aerobic capacity. *Journal of applied physiology 62 (1), 1987, 194-198.* SIRC/CDS

Murphy, P. Olympic marathon fury heats up. *Physician and sportsmedicine 12(10), 1984, 161-163.* SIRC/CDS

Myhre, L.G. et al. Plasma volume changes in middle-aged male and female subjects during marathon running. *Journal of applied physiology 59 (2), 1985, 559-563.* SIRC/CDS

Sawka, M.N. et al. Hypohydration and exercise: effects of heat acclimation, gender, and environment. *Journal of applied physiology: respiratory, environmental and exercise physiology 55(4), 1983, 1147-1153.* SIRC/CDS

Stephenson, L.A. et al. Metabolic and thermoregulatory responses to exercise during the human menstrual cycle. *Medicine and science in sports and exercise 14(4), 1982, 270-275.* SIRC/CDS

Viswanathan, M. et al. Exercise- and cold-induced changes in plasma beta-endorphin and beta-lipotropin in men and women. *Journal of applied physiology 62 (2), 1987, 622-627.* SIRC/CDS

Certains aspects de la performance athlétique des femmes pendant le cycle vital

Performance motrice

Bien que des différences sexuelles dans la performance motrice aient été décelées chez de jeunes enfants, il existe dans ce domaine plusieurs facteurs de confusion. Dans des épreuves regroupant des sujets des deux sexes plutôt que des sujets féminins uniquement, les filles obtiennent généralement des performances supérieures, ce qui illustre les effets précoces de la socialisation différenciée en fonction du sexe (Hall et Lee, 1984). Comme on l'a vu pour les autres questions relatives à la performance, il est difficile de distinguer entre les différences sexuelles attribuables à des conditions socioculturelles et celles, le cas échéant, qui sont déterminées biologiquement. L'épreuve du lancer constitue un bon exemple : dès un très jeune âge, les garçons affichent une performance supérieure à celles des filles, l'écart sexuel observé étant beaucoup plus important que pour les autres aptitudes motrices. Bale (1982) et Young (1980) ont étudié les voies par lesquelles l'apprentissage social conduit à une insuffisance d'entraînement et d'expérience et, partant, au style moins efficace affiché par la plupart des jeunes filles et des femmes nord-américaines à l'épreuve du lancer. Une étude effectuée sur des jeunes filles bulgares révèle que leur aptitude au lancer continue de s'améliorer jusqu'à l'âge de 18 ans, alors que cette aptitude, chez des jeunes filles américaines se stabilise entre 13 et 15 ans; il a été suggéré que les attitudes culturelles vis-à-vis de l'activité physique intense étaient responsables de cette différence (Bale, 1982).

Dans une étude non publiée mentionnée par Wilmore (1977), on a analysé l'aptitude au lancer de plus de 200 sujets masculins et féminins de 3 à 20 ans, en tenant compte à la fois du bras dominant et du bras non dominant. Jusqu'à l'âge d'environ 12 ans, aucune différence sexuelle n'a été observée avec le bras non dominant, tandis que les résultats pour le bras dominant étaient supérieurs chez les garçons. Les différences sexuelles au niveau de la force physique après l'âge de 12 ans expliqueraient les écarts observés dans l'épreuve avec le bras non dominant.

Anderson, D.F. et al. Effects of age, sex, and placement of a model on children's performance on a ball-striking task. *Perceptual and motor skills 57(3), Pt 2, 1983, 1187-1190.* SIRC/CDS

Arbeit, E. et al. Différences entre la technique de lancer du disque chez les hommes et chez les femmes. Differences in the throwing technique in the discus for men and women. *Amicale des entraîneurs français d'athlétisme 102, sept./oct. 1987, 75-81.* CDS/SIRC

Bale, P. Why do boys of all ages throw better than girls? *Momentum 7(3), 1982, 14-16.* SIRC/CDS

Bedingfield, E.W.; Skleryk, B.N. The effect of ball size and weight on the performance of CIAU basketball players. Edmonton: University of Alberta, 1985. SIRC/CDS

Brawley, L.R. et al. Sex bias in evaluating motor activity: general or task-specific performance expectancy? *Journal of sport psychology 2(4), 1980, 279-287.* SIRC/CDS, SIRLS

Evans, B.W. et al. Body composition and body type of female dance majors. *Dance research journal 17 (1), 1985, 17-20.* SIRC/CDS

Hall, E.G.; Lee, A.M. Sex differences in motor performance of young children: fact or fiction? *Sex roles 10(3/4), 1984, 217-230.* SIRC/CDS

Halverson, L.E. et al. Development of the overarm throw: movement and ball velocity changes by seventh grade. *Research quarterly 53(3), 1982, 198-205.* SIRC/CDS

Harris, J.D.; Jones, M.A. Reading, math, and motor performance. *Journal of physical education, recreation & dance 53(9), 1982, 21-22;28.* SIRC/CDS

Hensley, L.D. et al. Body fatness and motor performance during preadolescence. *Research quarterly 53(2), 1982, 133-140.* SIRC/CDS

Hudson, J.L. Prediction of basketball skill using biomechanical variables. *Research quarterly 56 (2), 1985, 115-121.* SIRC/CDS

Husak, W.S. The women's smaller basketball. Its influence on performance and attitude. *Journal of physical education, recreation & dance 57 (9), 1986, 18-26.*

Isaacs, L.D. Effects of ball size, ball color, and preferred color on catching by young children. *Perceptual and motor skills 51(2), 1980, 583-586.* SIRC/CDS

Isaacs, L.D.; Frederick, S.D. Response time and grip strength as possible factors affecting children's catching performance. *Perceptual and motor skills 61 (2), 1985, 627-630.* SIRC/CDS

Koslow, R.; Payne, V.G. Effects of varying ball diameters on catching ability of young children. *Perceptual and motor skills 53(3), 1981, 739-744.* SIRC/CDS

Morris, A.M. et al. Age and sex differences in motor performance of 3 through 6 year old children. *Research quarterly 53(3), 1982, 214-221.* SIRC/CDS

Nelson, J.K. Gender differences in children's throwing performance: biology and environment. *Research quarterly 57 (4), 1986, 280-287.*

Rikli, R.; Busch, S. Motor performance of women as a function of age and physical activity level. *Journal of gerontology 41 (5), 1986, 645-649.*

Skleryk, B.N.; Bedingfield, W.E. Ball size and performance. *In, Terauds, J. and Barham, J.N., Biomechanics in sport conference. Del Mar, California, 1985, p. 90-100.*

Spilthoorn, D. The effect of music on motor learning. *Bulletin of the Fédération internationale d'éducation physique 56 (2), 1986, 21-29.* SIRC/CDS

Utrianen, E. Différence entre l'entraînement des hommes et celui des femmes au javelot. Difference in men's and women's training for javelin. *Amicale des entraîneurs français d'athlétisme 102, sept./oct. 1987, 55-68.* CDS/SIRC

Wetton, P. Some observations of interest in locomotor and gross motor activities in the nursery school. *Physical education review 6(2), 1983, 124-129.* SIRC/CDS

Wilmore, J.H.; Erdelyi, G.J. Female athlete: gynecological survey of female athletes. *Journal of school health 47(4), 1977, 227-233.* SIRC/CDS

Young, I. Throwing like a girl: a phenomenology of feminine body comportment, motility and spatiality. *Human studies 3, Apr 1980, 137-156.*

Quelques effets de l'âge sur la condition physique

Dans le compte rendu d'un congrès tenu récemment, *Children and Sport: Pediatric Work Physiology* (Ilmarinen et Valimaki, 1984), on présente plus d'une trentaine d'études sur ce sujet, basées principalement sur la recherche européenne. Les tendances notées dans les performances des jeunes filles et des femmes, telles qu'elles sont observées dans des enquêtes effectuées récemment au Canada et aux États-Unis, sont résumées ci-dessous.

Santé du système cardio-vasculaire:

— dans l'épreuve du mille, les filles s'améliorent jusqu'à l'âge de 14 ou 15 ans, où elles enregistrent une légère diminution, puis un plateau jusqu'à l'âge de 18 ans;

— dans l'épreuve des marches, les filles enregistrent une baisse marquée de 11 à 17 ans;

— dans l'épreuve sur la bicyclette ergométrique (PWC-170), les jeunes filles atteignent un sommet entre 9 et 11 ans, chutent brusquement à l'âge de 12 ans et se stabilisent en s'améliorant légèrement entre 15 et 17 ans.

Force musculaire et endurance:

— dans les épreuves de redressements assis, les résultats sont contradictoires : certaines enquêtes notent une amélioration continue chez les filles jusqu'à l'âge de 17 ou 18 ans, tandis que d'autres signalent une diminution commençant à 14 ou 15 ans. Chez les femmes de 20 à 29 ans, selon l'Enquête condition physique Canada (1983) la performance retombe à ce qu'elle était entre 7 et 9 ans;

— dans les épreuves de soulèvements, on a noté une amélioration jusqu'à 13 et 14 ans, suivie d'un déclin;

— dans les épreuves de tractions à la barre fixe, les filles obtiennent des chiffres constamment bas (performance moyenne égale à 1) entre 10 et 18 ans, encore que, chez les percentiles les plus élevés, les fluctuations sont extrêmement faibles dans ce groupe d'âge;

— dans les épreuves de suspension à la barre, les performances féminines n'augmentent de façon importante qu'entre 8 et 9 ans, pour se stabiliser entre 9 et 17 ans. La force de préhension s'améliore continuellement à partir de 7 à 9 ans jusqu'à 40 à 49 ans, puis enregistre une diminution graduelle.

(Conger et coll., 1982; Enquête condition physique Canada, 1983; Gauthier et coll., 1983; Ross et coll., 1985; Wells, 1985; Dyer, 1989).

Dans deux études scandinaves effectuées récemment (Sundberg, 1982, 1983) où l'on a comparé le volume d'oxygène maximal d'enfants aveugles et d'enfants voyants, on a fait ressortir l'importance de l'activité au cours de la petite enfance (c'est-à-dire avant l'âge de 8 ans), et on a conclu que les différents niveaux d'activité physique étaient responsables, dans une large mesure, des différences entre les deux groupes. Les résultats concernant les similitudes et les différences entre les sexes offraient un intérêt particulier. Les garçons voyants ont obtenu des valeurs significativement plus élevées que les filles voyantes, leur volume d'oxygène maximal s'est accru plus rapidement avec l'âge pour atteindre un sommet vers l'âge de 18 ans, comparativement à 14 ans chez les filles, conclusion qui concorde avec d'autres études européennes effectuées sur des populations normales; toutefois, aucune différence sexuelle importante n'a été décelée dans le volume d'oxygène maximal chez les enfants aveugles. Ce résultat donne à penser que le handicap de la cécité pourrait annuler les facteurs environnementaux qui donnent aux garçons plus d'occasions qu'aux filles de faire de l'activité physique. En outre, ce résultat remet en question toutes les hypothèses concernant le caractère inné des différences sexuelles dans la capacité des enfants au travail physique.

Les rapports qui existent entre l'âge, le sexe et la condition physique incitent à croire que toute une gamme de facteurs socio-culturels et biologiques agissent de concert : les modifications du développement qui suivent la puberté, les priorités et les intérêts récréatifs en constante évolution de l'adolescente, et les attitudes et pratiques de la société vis-à-vis des activités physiques qui conviennent à chaque sexe interagissent de manières diverses et ont pour effet net d'inciter les filles à un mode de vie plus sédentaire, de sorte que l'endurance et la force de la partie supérieure du corps et de l'abdomen se stabilisent ou, dans certains cas, diminuent au cours de l'adolescence et des premières années de la vie adulte. Il a toutefois été clairement établi que les sujets feminins de tous les groupes d'âge et leur niveau de conditionnement physique réagissent à l'entraînement et que les profils observés dans les enquêtes de condition physique nord-américaines réalisées dans les années 1980 ne sont ni universels, ni immuables.

Alexander, M.J. et al. The fitness levels of females in various age groups. *CAHPER journal 51 (4), 1985, 8-12.* SIRC/CDS

Blair, S. Health-related fitness in high school girls. *Physical educator 45 (1), 1988, 52-56.* SIRC/CDS

Canada Fitness Survey. Enquête condition physique Canada. Canadian youth and physical activity. L'activité physique et les jeunes au Canada. Ottawa: Fitness and Amateur Sport / Condition physique et Sport amateur, 1983. SIRC/CDS, SIRLS

Canada. Fitness and Amateur Sport. Condition physique et Sport amateur. Fitness fits: the Government of Canada's newsletter on youth and physical activity. Soyons en forme: le bulletin du Gouvernement du Canada sur la jeunesse et l'activité physique.

Canada. Fitness and Amateur Sport, Women's Program. Canada Fitness Survey. Condition physique et Sport amateur, Programme pour les femmes. Enquête condition physique Canada. Changing times: women and physical activity. En évolution: la femme et l'activité physique. Ottawa: Canada Fitness Survey / Enquête condition physique Canada, 1984. SIRC/CDS, SIRLS

Conger, P.R. et al. Age and sex performance variation of the CAHPER Fitness Performance II Test. *CAHPER journal 49(1), 1982, 12-16.* SIRC/CDS

Cooper, D.M. et al. Kinetics of oxygen uptake and heart rate at onset of exercise in children. *Journal of applied physiology 59 (1), 1985, 211-217.* SIRC/CDS

Dahlgren, W.J. Rapport du groupe d'étude national sur les jeunes femmes et l'activité physique: le statu quo et les stratégies en vue de changements. Ottawa: Condition physique Canada et Condition physique et Sport amateur Canada, Programme pour les femmes, 1988. CDS/SIRC

Dahlgren, W.J. A report of the National Task Force on Young Females and Physical Activity: the status quo and strategies for change. Ottawa: Fitness Canada and Fitness and Amateur Sport Canada Women's Program, 1988. SIRC/CDS, SIRLS

DuRant, R.H.; Dover, E.V. Evaluation of five indices of physical working capacity in children. *Medicine and science in sports and exercise 15(1), 1983, 83-87.* SIRC/CDS

Dyer, K.F. ed. Sportswomen towards 2000. Adelaide: University of Adelaide, South Australia, 1989.

Eso, E. Fitness in adolescence in a northern community: phase I, 1984. Whitehorse, 1985. SIRC/CDS

Gauthier, R. et al. The physical work capacity of Canadian children, aged 7 to 17, in 1983. A comparison with 1968. *CAHPER journal 50(2), 1983, 4-9.* SIRC/CDS

Hunter, S.C. et al. Standards and norms of fitness and flexibility in the high school athlete. *Athletic training 20, Fall 1985, 210-212.* SIRC/CDS

Ilmarinen, J.; Vaelimaeki, I. Children and sport: paediatric work physiology. Berlin: Springer-Verlag, 1984. SIRC/CDS

Krahenbuhl, G.S. et al. Developmental aspects of maximal aerobic power in children. *Exercise and sport sciences reviews 13, 1985, 503-538.* SIRC/CDS

Raithel, K.S. Are girls less fit than boys? *Physician and sportsmedicine 15 (11), 1987, 156-157;159-160;162-163.* SIRC/CDS, SIRLS

Ross, J. National children and youth fitness study report. *JOPERD 56 (1), 1985, 44-85.*

Rowland, T.W.; Green, G.M. Physiological responses to treadmill exercise in females: adult-child differences. *Medicine and science in sports and exercise 20 (5), 1988, 474-478.* SIRC/CDS

Sohi, A.S. Development of explosive power among 6-14 years boys and girls. *Asian journal of physical education 8 (2), 1985, 57-64.* SIRC/CDS

Stephens, T. Condition physique et mode de vie au Canada: rapport de l'Enquête condition physique Canada. Fitness and lifestyle in Canada: a report by Canada Fitness Survey. Ottawa: Fitness and Amateur Sport / Condition physique et Sport amateur, 1983. CDS/SIRC

Sundberg, S. Lung volume and exercise ventilation in blind and normal boys and girls. *Respiration 44(6), 1983, 444-449.* SIRC/CDS

Sundberg, S. Maximal oxygen uptake in relation to age in blind and normal boys and girls. *Acta paediatrica Scandinavica 71(4), 1982, 603-608.*

Sunnegardh, J.; Bratteby, L.E. Maximal oxygen uptake, anthropometry and physical activity in a randomly selected sample of 8 and 13 year old children in Sweden. *European journal of applied physiology and occupational physiology 56 (3), 1987, 266-272.* SIRC/CDS

Effets des stéroïdes anabolisants sur la performance

Les androgènes sont une classe de stéroïdes caractérisés par leur action sur les caractères sexuels primaires et secondaires mâles et par leurs effets anabolisants (stimulation de la croissance) chez les deux sexes. Les études sur l'usage de ces substances, effectuées uniquement sur des athlètes de sexe masculin, ont donné des résultats contradictoires. Aucune amélioration de la performance athlétique aérobie n'a été observée. On a constaté des augmentations du niveau de la force physique dans près de la moitié des études, mais seulement lorsqu'un certain nombre d'autres conditions étaient remplies : programmes d'entraînement intensifs aux stéroïdes, alimentation à haute teneur protéique et accroissement de la taille et du poids du corps (Haupt et Rovere, 1984).

Des troubles du foie, dont la plupart étaient réversibles, se sont révélés être un effet secondaire courant de l'usage des stéroïdes chez les deux sexes. Chez les athlètes masculins, mentionnons parmi les autres effets secondaires, également réversibles, une diminution du nombre de spermatozoïdes et une réduction de la sécrétion de testostérone. Les effets secondaires enregistrés par les athlètes de sexe féminin n'ont pas encore été examinés dans le cadre d'études strictement contrôlées, mais la quasi-totalité des articles publiés récemment dans la presse spécialisée mentionnent des résultats antérieurs à 1970 faisant état des effets virilisants de l'usage des stéroïdes chez les femmes. Ces résultats concernent des situations où l'on a administré des hormones mâles à des malades de sexe féminin pour traiter des insuffisances médullaires et des carcinomes du sein. Parmi les effets de la virilisation, mentionnons l'abaissement du timbre de la voix, l'hirsutisme (apparition de poils sur le visage et le corps), l'hypertrophie du clitoris et la calvitie, tous des effets réversibles grâce à l'administration d'un traitement anti-androgène. En l'absence de données d'une plus grande fiabilité, la plupart des chercheurs estiment que les athlètes féminines en santé seraient exposées aux mêmes effets secondaires (Lamb, 1984; Haupt et Rovere, 1984; Wilson et Griffin, 1980).

L'Association internationale d'athlétisme amateur a ajouté les stéroïdes anabolisants à sa liste de drogues interdites en 1976. Des vérifications effectuées de façon aléatoire ont permis de repérer des utilisateurs chez les deux sexes, mais ce sont surtout les effets virilisants qui attirent immanquablement l'intérêt du public et des médias lorsqu'un athlète est soupçonné de prendre des stéroïdes (Lucking, 1982). Indépendamment du sexe de l'utilisateur, il apparaît évident que les principaux problèmes à prendre en considération sont liés aux effets des stéroïdes sur la santé de l'athlète et à l'éthique de la compétition sportive loyale, et non pas à l'apparence «non féminine» des utilisatrices présumées.

Duda, M. Female athletes: targets for drug abuse. *Physician and sportsmedicine 14 (6), 1986, 142-146.* SIRC/CDS, SIRLS

Elliot, D.L. et al. Characteristics of anabolic-androgenic steroid-free competitive male and female bodybuilders. *Physician and sportsmedicine 15 (6), 1987, 169-172;177-179.* SIRC/CDS

Haupt, H.A.; Rovere, G.D. Anabolic steroids: a review of the literature. *American journal of sports medicine 12(6), 1984, 469-484.* SIRC/CDS

Lamb, D.R. Anabolic steroids in athletics: how well do they work and how dangerous are they? *American journal of sports medicine 12(1), 1984, 31-38.* SIRC/CDS

Lucking, M.T. Steroid hormones in sports. Special reference: sex hormones and their derivatives. *International journal of sports medicine 3(Suppl. 1), 1982, 65-67.* SIRC/CDS

Taylor, W. N.; Black, A. B. Pervasive anabolic steroid use among health club athletes. *Annals of sports medicine 3 (3), 1987, 155-159.* SIRC/CDS

Taylor, W.N.; Taylor, S.P. Athletic women and anabolic steroids - androgynous antipathy? *In, Taylor, W.N., Hormonal manipulation: a new era of monstrous athletes. Jefferson, N.C.: McFarland & Company, Inc., 1985, p. 34-51.*

Wilson, J.D.; Griffin, J.E. Use and misuse of androgens. *Metabolism 29(12), 1980, 1278-1295.*

Blessures

La documentation accumulée en médecine sportive au cours de la dernière décennie confirme l'assertion selon laquelle la plupart des blessures sont spécifiques au sport et non au sexe. Le football, par exemple, produit des blessures à la tête, au cou et à la partie supérieure du tronc, tandis que la gymnastique est associée à des blessures aux genoux, aux chevilles et aux pieds. Cela ne signifie pas que le cou des joueurs de football, qui sont des hommes, ou que les chevilles des gymnastes, qui sont des femmes, ne sont pas suffisamment développés, bien que ce genre de raisonnement fautif soit fréquemment observé dans les textes où l'on examine les blessures subies par les athlètes de sexe féminin. Lorsqu'on aborde la question des blessures spécifiques à un sport, il est utile de les regrouper en trois catégories : les blessures qui résultent d'une sollicitation abusive, celles qui résultent d'un défaut biomécanique et celles qui résultent d'une collision contre un joueur ou une pièce d'équipement.

Il est difficile de déterminer jusqu'à quel point les caractéristiques intrinsèques, par exemple, les défauts biomécaniques, sont responsables, si tant est qu'elles le sont, de la typologie actuelle des blessures chez les femmes. Si les jeunes filles étaient encouragées dès la naissance à développer toutes leurs capacités physiques et si leurs instructeurs et leurs entraîneurs étaient pleinement informés des meilleures méthodes de conditionnement du corps et de prévention des blessures, la typologie actuelle des blessures chez les athlètes de sexe féminin pourrait prendre un tout autre aspect.

Lorsqu'on établit des comparaisons pour une même activité sportive on obtient des résultats contradictoires : certaines études de la typologie des blessures subies par les athlètes sur piste et les joueurs de basketball révèlent des différences sexuelles minimes, alors que d'autres signalent une incidence plus élevée de blessures aux genoux, aux chevilles et aux pieds parmi les femmes, et d'autres enfin, un taux global de blessures plus élevé chez les athlètes masculins (Shively et coll., 1981; Whiteside, 1980).

En ce qui concerne les blessures subies par les enfants, des études récentes révèlent que les deux sexes s'infligent de sérieuses blessures dans les épreuves d'athlétisme scolaire et sur les terrains de jeux des écoles, et soulignent l'importance de la préparation, de l'entraînement et de la surveillance pour les enfants d'âge scolaire, tant les garçons que les filles. Une étude récente effectuée en Ontario signale des taux de blessures significativement plus élevés chez les garçons que chez les filles, tant au niveau primaire que secondaire (ce résultat concorde avec des études effectuées antérieurement aux États-Unis), mais fait remarquer que cette différence entre les sexes est attribuable essentiellement, non pas à l'incidence des blessures graves, mais à celle des blessures légères (Feldman et coll., 1983; Rivara, 1982).

La participation massive des femmes à la danse exercice depuis 1969 n'a commencé à attirer véritablement l'attention du corps médical qu'à partir des années 80, lorsqu'il devint évident que de nombreux instructeurs n'avaient aucune formation officielle dans les aspects sécuritaires de cette activité, notamment en ce qui concerne la tolérance aux contraintes mécaniques et cardio-respiratoires. Des rapports en provenance d'un colloque tenu aux États-Unis en 1984 sur les blessures liées à la danse aérobie révèlent que les instructeurs eux-mêmes s'infligent de nombreuses blessures attribuables à des sollicitations excessives, en particulier des blessures au périoste du tibia, aux genoux et au dos; ces blessures sont à mettre au compte de plusieurs facteurs, notamment au fait de danser sur des surfaces non résilientes, au port de chaussures inappropriées

et à l'obligation, pour les instructeurs, de donner un nombre excessif de leçons par semaine. En d'autres termes, les conditions de travail qui règnent dans l'industrie du conditionnement physique, dominée par l'entreprise privée, et la question de lignes de conduite concernant les compétences des instructeurs sont des points qui doivent être examinés. Les participants au colloque avaient subi des blessures semblables, quoique sur une plus petite échelle; dans tous les cas, on a recommandé de porter attention au choix des chaussures, à la surface des planchers et aux exercices d'élongation et de réchauffement (Francis et coll., 1985; Vetter et coll., 1985; Richie et coll., 1985).

La gymnastique présente un risque élevé de blessures, qu'un chercheur en 1975 a estimé être le double de celui de toute autre discipline sportive pratiquée par des femmes; c'est pourquoi il importe de tenir compte des mesures préventives en gymnastique (Colby et Fricker, 1984). Les points les plus exposés sont les genoux, les chevilles, les pieds, les hanches, les poignets et le dos, la nature des blessures variant de dommages aux parties molles et de foulures à des fractures de contrainte et des déchirures ligamentaires. Des études récentes soulignent l'importance d'un bon système de guet, et on met d'ailleurs en doute le bien-fondé de la politique qui fait que l'on pénalise les gymnastes qui utilisent un guetteur lors des compétitions. Il a également été suggéré de modifier les systèmes de pointage afin d'encourager des sorties moins difficiles et potentiellement moins dangereuses pour les gymnastes (Hunter et Torgan, 1983; Hage, 1983).

Les seins sont mentionnés dans la presque totalité des textes qui traitent des blessures liées à la pratique du sport chez les femmes; toutefois, rien ne démontre que le thorax féminin soit plus exposé aux blessures qu'une autre partie de l'anatomie (Gillette, 1985; Sullivan et coll., 1980). En outre, la prétendue relation causale entre les traumatismes et l'apparition d'un cancer du sein n'est pas étayée dans les écrits sur le sujet. Les coups de poing et de pied reçus à la poitrine dans les sports de contact et de combat peuvent causer des hématomes et, dans les cas extrêmes, la formation d'une masse dure et quelquefois douloureuse dans les tissus graisseux (nécrose adipeuse); par conséquent, le port d'un protecteur thoracique est à recommander, notamment dans la pratique des arts martiaux (McLatchie, 1982). Selon les préférences et la constitution physique individuelles, l'utilisation d'un support thoracique supplémentaire pourrait accroître le confort au cours de l'activité physique.

Beck, J.L.; Wildermuth, B.P. The female athlete's knee. *Clinics in sports medicine 4 (2), 1985, 345-366.* SIRC/CDS

Brotman, A.W.; Stern, T.A. Osteoporosis and pathologic fractures in anorexia nervosa. *American journal of psychiatry 142, 1985, 495-496.*

Caine, D.J.; Lindner, K.J. Overuse injuries of growing bones: the young female gymnast at risk? *Physician and sportsmedicine 13 (12), 1985, 51-54;56-61;64.* SIRC/CDS

Chard, M.D.; Lachmann, S.M. Racquet sports - patterns of injury presenting to a sports injury clinic. *British journal of sports medicine 21 (4), 1987, 150-153.* SIRC/CDS

Colby, J.; Fricker, P. Can we prevent back injuries to elite women gymnasts? *Sports science & medicine quarterly 1(1), 1984, 13-16.* SIRC/CDS

Collins, R.K. Injury patterns in women's intramural flag football. *American journal of sports medicine 15 (3), 1987, 238-242.* SIRC/CDS

DeHaven, K.E.; Lintner, D.M. Athletic injuries: comparison by age, sport, and gender. *American journal of sports medicine 14 (3), M1986, 218-224.* SIRC/CDS

Doodson, R. Going for the burn? A survey of injuries in 'exercises to music' classes. *Physiotherapy in sport 8 (1), 1985, 8-9.* SIRC/CDS

Eisenberg, I.; Allen, W.C. Injuries in a women's varsity athletic program. *Physician and sportsmedicine 6(3), 1978, 112-116;119-120.* SIRC/CDS

Feldman, W. Prospective study of school injuries: incidence, types, related factors and initial management. *Canadian Medical Association journal 129, 15 Dec 1983, 1279-1283.*

Fenley, L. Dance-exercise guidelines planned. *Physician and sportsmedicine 12(9), 1984, 31-32.* SIRC/CDS

Francis, L.L. et al. Aerobic dance injuries: a survey of instructors. *Physician and sportsmedicine 13(2), 1985, 105-111.* SIRC/CDS

Gillette, J. When and where women are injured in sports. *Physician and sportsmedicine 3(5), 1975, 61-63.* SIRC/CDS

Hage, P. Gymnastics injuries due to poor spotting. *Physician and sportsmedicine 11(5), 1983, 26.* SIRC/CDS

Hall, S.J. Mechanical contribution to lumbar stress injuries in female gymnasts. *Medicine and science in sports and exercise 18 (6), 1986, 599-602.* SIRC/CDS

Halvarsen, J. Hip pointer padding for women. *Physician and sportsmedicine 11(12), 1983, 123.* SIRC/CDS

Havkins, S.B. Head, neck, face, and shoulder injuries in female and male rugby players. *Physician and sportsmedicine 14 (7), 1986, 111-114;117-118.* SIRC/CDS

Haycock, C.E. The breast. *In, Shangold, M. and Mirkin, G. eds., Women and exercise: physiology and sports medicine. Philadelphia: F.A. Davis, 1988, p. 181-185.* SIRC/CDS

Haycock, C.E. Health concerns of women in sports. *Athletic purchasing and facilities 5(3), 1981, 62;64-65.* SIRC/CDS

Haycock, C.E. How I manage breast problems in athletes. *Physician and sportsmedicine 15 (3), 1987, 89-91;94-95.* SIRC/CDS

Haycock, C.E. Sports medicine for the athletic female. Oradell, N.J.: Medical Economics Co., 1980. SIRC/CDS

Holden, D.L.; Jackson, D.W. Stress fracture of the ribs in female rowers. *American journal of sports medicine 13 (5), 1985, 342-348.* SIRC/CDS

Hulkko, A.; Orava, S. Stress fractures in athletes. *International journal of sports medicine 8 (3), 1987, 221-226.* SIRC/CDS

Hunter, L.Y.; Torgan, C. Dismounts in gymnastics: should scoring be reevaluated? *American journal of sports medicine 11(4), 1983, 208-210.* SIRC/CDS

Hunter, L.Y. Women's athletics: the orthopedic surgeon's viewpoint. *Clinics in sports medicine 3(4), 1984, 809-827.* SIRC/CDS

Hunter-Griffin, L.Y. Orthopedic concerns. *In, Shangold, M. and Mirkin, G. eds., Women and exercise: physiology and sports medicine. Philadelphia: F.A. Davis, 1988, p. 195-219.* SIRC/CDS

Huurman, W.W. et al. Overuse injuries of the knee and spine in girls' gymnastics. *Clinics in sports medicine 3(4), 1984, 829-850.* SIRC/CDS

Jones, R.E. Common athletic injuries in women. *Comprehensive therapy 6(9), 1980, 47-49.* SIRC/CDS

Knortz, K.A.; Reinhart, R.S. Women's athletics: the athletic trainer's viewpoint. *Clinics in sports medicine 3(4), 1984, 851-868.* SIRC/CDS

Laughlin, W. et al. Aerobic dance injuries. *Physician and sportsmedicine 13(2), 1985, 114-120.* SIRC/CDS

Levine, M. et al. An analysis of individual stretching programs of intercollegiate athletes. *Physician and sportsmedicine 15 (3), 1987, 130-135;138.* SIRC/CDS

Lewis, C.G.; Strickland, R.W. Profile of the college female athlete. *Physician and sportsmedicine 11(3), 1983, 153-154;156.* SIRC/CDS

McAuley, E. et al. Injuries in women's gymnastics: the state of the art. *American journal of sports medicine 15 (6), 1987, 558-565.* SIRC/CDS

McLatchie, G. Women in combat sports. *In, McLatchie, G., Injuries in combat sports. Oxford: Oxford Press, 1982, p. 49-51.*

Michel, C.; Mandel, C. Surveillance médicale de jeunes sportifs pratiquant le patinage artistique sur glace. *Médecine du sport 59 (3), 25 mai 1985, 48-52.* CDS/SIRC

Orava, S. et al. Exertion injuries in female athletes. *British journal of sports medicine 15(4), 1981, 229-233.* SIRC/CDS

Read, M.T.F. Runner's stress fracture produced by an aerobic dance routine. *Case report. British journal of sports medicine 18(1), 1984, 40-41.* SIRC/CDS

Régie de la sécurité dans les sports du Québec. Service de la recherche. Document synthèse d'une bibliographie annotée portant sur les problèmes de sécurité associés à la pratique des sports chez la femme. Trois-Rivières: Régie de la sécurité dans les sports du Québec, 1985. CDS/SIRC

Richie, D.H. et al. Aerobic dance injuries: a retrospective study of instructors and participants. *Physician and sportsmedicine 13(2), 1985, 130-135;138;140.* SIRC/CDS

Riley, C.B. Vital role the school plays in preventing athletic injuries. *Journal of school health 48(2), 1978, 97-99.* SIRC/CDS

Rivara, F.P. et al. Epidemiology of childhood injuries. II. Sex differences in injury rates. *American journal of diseases of children 136(6), 1982, 502-506.*

Ryan, A.J. Gymnasts require full recovery after injury. *Physician and sportsmedicine 12 (9), 1984, 32.* SIRC/CDS

Shively, R.A. et al. High school sports injuries. *Physician and sportsmedicine 9(8), 1981, 46-50.* SIRC/CDS

Steele, V.A.; White, J.A. Injury prediction in female gymnasts. *British journal of sports medicine 20 (1), 1986, 31-33.* SIRC/CDS

Sullivan, J.A. et al. Evaluation of injuries in youth soccer. *American journal of sports medicine 8(5), 1980, 325-327.* SIRC/CDS

Vander, L. et al. Cardiovascular complications of recreational physical activity. *Physician and sportsmedicine 10(6), 1982, 89-93;96;98.* SIRC/CDS

Walsh, W.M. et al. Overuse injuries of the knee and spine in girls' gymnastics. *Orthopedic clinics of North America 16 (2), 1985, 329-350.*

Weesner, C.L. et al. A comparison of anterior and posterior cruciate ligament laxity between female and male basketball players. *Physician and sportsmedicine 14 (5), 1986, 149-150;152-154.* SIRC/CDS

Wells, C.L. Athletic injuries. *In, Wells, C.L., Women, sport, and performance: a physiological perspective. Champaign, Ill.: Human Kinetics Publishers, 1985, p. 255-271.*

Whiteside, P.A. Men's and women's injuries in comparable sports. *Physician and sportsmedicine 8(3), 1980, 130-135;138.* SIRC/CDS

Williamson, D.M.; Lowdon, I.M.R. Ice-skating injuries. *Injury: British journal of accident surgery 17 (3), 1986, 205-207.* SIRC/CDS

Filles et femmes avec handicaps

Le terme «handicapé(e)» implique une certaine forme de limitation du fonctionnement, par exemple, de la mobilité, de la vision, de l'ouïe, du processus mental ou du contrôle des émotions (Nixon, 1984). Des états pathologiques particuliers comme l'asthme, la cardiopathie congénitale ou le diabète peuvent également limiter le fonctionnement général de l'organisme et la participation à des activités physiques.

Dans le domaine du sport, les participants sont tous caractérisés par différents niveaux d'aptitude; le sport pourrait donc se révéler un moyen efficace d'intégrer des individus handicapés, en autant que les limites vécues par un groupe ne rendent pas impossible une intégration véritable. Nixon (1984) examine la notion d'intégration appropriée : les options qui s'offrent sont la compétition contrôlée, comme les Jeux olympiques spéciaux, la compétition parallèle, comme les

courses sur route entre sujets en fauteuil roulant et sujets non handicapés, et les diverses adaptations apportées aux activités, au matériel, aux installations ou aux règles d'un jeu qui rendent possible l'intégration. En ce qui concerne l'intégration sportive d'individus différemment doués de sexe différent, une athlète se déplaçant en fauteuil roulant a fait remarquer que, lors des Jeux de la paralysie cérébrale, les épreuves de tir à la carabine, de tir à l'arc et d'haltérophilie avaient été réservées aux hommes et que sa participation à ces épreuves avait été une cause fréquente de protestations (Blanchard, 1983).

Il est certain que l'accessibilité des installations et des programmes de loisirs est d'une importance cruciale pour toutes les personnes ayant des aptitudes différentes, mais si l'on considère que la socialisation des femmes, en tant que groupe, a été axée sur la dépendance et l'inactivité physique, cette accessibilité est particulièrement cruciale. En outre, comme membres d'un groupe sexuel qui a fait l'objet d'une discrimination systématique dans le sport, les jeunes filles et les femmes handicapées se trouvent doublement désavantagées. Plusieurs auteurs traitent des questions générales liées aux femmes et aux handicaps physiques mais rarement abordent-ils de façon particulière les questions liées au sport (Documentation sur la recherche féministe, 14(1), 1985; Forest et Snow, 1983; Campling, 1979).

Allen, A. Sports for the handicapped. New York: Walker, 1981. SIRC/CDS

Blanchard, L. Rachelle Halpenny: a woman first, an athlete second, and way at the other end of the scale, disabled. *Canadian woman studies 4(3), 1983, 66-67.* SIRC/CDS

Buchanan, S. Tired of wheelin' with the boys. *Breaking the silence 7 (1), 1988, 8-9.*

Cooper, M.A. et al. Attitudes toward physical activity of elite cerebral palsied athletes. *Adapted physical activity quarterly 3 (1), 1986, 14-21.* SIRC/CDS, SIRLS

Emes, C.; Ferris, B. Physical activity among activity-limited and disabled adults in Canada. L'activité physique chez les adultes handicapés ou limités dans leurs activités au Canada. Ottawa: Canada Fitness Survey / Enquête condition physique Canada, 1986. SIRC/CDS

Grimes, P.S.; French, L. Barriers to disabled women's participation in sports. *Journal of physical education, recreation & dance 58 (3), 1987, 24-27.* SIRC/CDS, SIRLS

Mastro, J.V. et al. Cultural and attitudinal similarities: female and disabled individuals in sports and athletics. *Journal of physical education, recreation, and dance 59 (9), 1988, 80-83.* SIRC/CDS, SIRLS

McDonald, D.; Drewery, L. Hilda May Torok Binns, sports en fauteuil roulant. *Dans, McDonald, D. et Drewery, L. eds., À la gloire des Canadiennes: les meilleures athlètes du Canada. Toronto: John Wiley & Sons, 1981, p. 165-171.* CDS/SIRC

McDonald, D.; Drewery, L. Hilda May Torok Binns, wheelchair sports. *In, McDonald, D. and Drewery, L. eds., For the record: Canada's greatest women athletes. Toronto: John Wiley & Sons, 1981, p. 147-152.* SIRC/CDS

Nixon, H.L. The creation of appropriate integration opportunities in sport for disabled and nondisabled people: a guide for research and action. *Sociology of sport journal 1(2), 1984, 184-192.* SIRC/CDS, SIRLS

Nixon, H.L. Handicapism and sport: new directions for sport sociology research. *In, Theberge, N. and Donnelly, P. eds., Sport and the sociological imagination. Fort Worth, Tex.: Texas Christian University Press, 1984, p. 162-176.* SIRC/CDS, SIRLS

Sloan, L.; Kramer, A. Women with disabilities. *In, Sloan, L. and Kramer, A., Running: a women's handbook. London: Pandora, 1985, p. 15-24.*

Thierfeld, J. et al. From access to equity: opening doors for women athletes. *Sports 'n spokes 12 (1), 1986, 21-23.* SIRC/CDS

Athlètes en fauteuil roulant : Considérations physiologiques

Bien qu'il y ait toute une abondance de recherches sur les sportives en général, les caractéristiques et les besoins particuliers des athlètes qui se déplacent en fauteuil roulant sont insuffisamment étudiés. Une étude effectuée en 1983 (Lussier et coll.), qui se veut la première du genre, a tenté de quantifier la constitution physique des sportives en fauteuil roulant. Les auteurs soulignent l'importance de déterminer la masse musculaire et la masse maigre qui conviennent le mieux au fonctionnement journalier de toutes les personnes en fauteuil roulant, et notamment des athlètes qui utilisent ce mode de déplacement. Une attention plus grande a été accordée à l'évaluation et au maintien du niveau de condition physique des personnes atteintes d'un handicap des extrémités inférieures (Knowlton et coll., 1981; Kofsky et coll., 1983; Winnick et Short, 1984).

Coutts, K.D.; Stogryn, J.L. Aerobic and anaerobic power of Canadian wheelchair track athletes. *Medicine and science in sports and exercise 19 (1), 1987, 62-65.* SIRC/CDS

Ellis, K. Bibliography: exercise for the physically disabled. *Melpomene report 4 (1), 1985, 30.* SIRC/CDS

Frazee, R. et al. Exercise tolerance level of a young child with congenital heart disease associated with asplenia syndrome. *Adapted physical activity quarterly 1(4), 1984, 322-326.* SIRC/CDS

Hattin, H. et al. Are deaf children unusually fit? A comparison of fitness between deaf and blind children. *Adapted physical activity quarterly 3 (3), 1986, 268-275.* SIRC/CDS

Hedrick, B. Women's wheelchair basketball: a perspective on the US program. *Sports 'n spokes 11 (4), 1985, 14-17.* SIRC/CDS

Ho, M.S. et al. Ergometric heart rate, blood pressure and work capacity (PWC170) in type I diabetics with diabetes-specific microangiopathy. *Experimental and clinical endocrinology 82(3), 1983, 291-303.*

Horvat, M. et al. A comparison of the psychological characteristics of male and female able-bodied and wheelchair athletes. *Paraplegia 24 (2), 1986, 115-122.* SIRC/CDS, SIRLS

Knowlton, R.G. et al. Mechanical efficiency of wheelchair dependent women during wheelchair ergometry. *Canadian journal of applied sport sciences 6(4), 1981, 187-190.* SIRC/CDS

Kobberling, G. et al. Energy cost of locomotion in blind adolescents. *Adapted physical activity quarterly 6 (1), 1989, 58-67.* SIRC/CDS

Kofsky, P.R. et al. Field testing: assessment of physical fitness of disabled adults. *European journal of applied physiology and occupational physiology 51(1), 1983, 109-120.* SIRC/CDS

Lussier, L. et al. Body composition comparison in two elite female wheelchair athletes. *Paraplegia 21(1), 1983, 16-22.* SIRC/CDS

Marshall, T. Wheelchairs and marathon road racing. *British journal of sports medicine 18(4), 1984, 301-304.* SIRC/CDS

Minter, M.; Wolk, S. Knowledge and demonstration of physical fitness among a hearing-impaired postsecondary population: preliminary implications for curriculum. *Physical educator 44 (3), 1987, 363-368.* SIRC/CDS

Morris, A.F. A case study of a female ultramarathon wheelchair road user. *Paraplegia 24 (4), 1986, 260-264.* SIRC/CDS

Sundberg, S. Lung volume and exercise ventilation in blind and normal boys and girls. *Respiration 44(6), 1983, 444-449.* SIRC/CDS

Sundberg, S. Maximal oxygen uptake in relation to age in blind and normal boys and girls. *Acta paediatrica Scandinavica 71(4), 1982, 603-608.*

Valliant, P.M. et al. Psychological impact of sport on disabled athletes. *Psychological reports 56 (3), 1985, 923-929.* SIRC/CDS, SIRLS

Winnick, J.P.; Suny, F.X.S. A comparison of the physical fitness of the segregated and integrated hearing impaired adolescents. *Clinical kinesiology 42 (4), 1988, 104-109.* SIRC/CDS

Winnick, J.P.; Short, F.X. The physical fitness of youngsters with spinal neuromuscular conditions. *Adapted physical activity quarterly 1(1), 1984, 37-51.* SIRC/CDS

Other Resources / Ressources additionnelles

Browne, S. With the power of each breath: a disabled women's anthology. Pittsburgh: Cleis, 1985.

Campling, J. Better lives for disabled women. London: Virago, 1979.

Doucette, J. Violent acts against disabled women. Toronto: DisAbled Women's Network, 1987.

Kelly, S.; Stark, R. Sport and recreation for the disabled: an index of resource materials. Sport et loisirs pour handicapés: un répertoire de la littérature. Ottawa: Sport Information Resource Centre, 1984. SIRC/CDS, SIRLS

Matthews, G.F. Voices from the shadows. Women with disabilities speak out. Toronto: Women's Press, 1983. SIRC/CDS

No news is bad news. Report from the Standing Committee on the Status of Disabled Persons. Ottawa: House of Commons, 1988.

Sanford, W. Body image. *In, Boston Women's Health Book Collective, The new our bodies, ourselves. New York: Simon & Schuster, 1984, p. 5-10.*

Special issue on women and disability. Les femmes handicapées. *Resources for feminist research/Documentation sur la recherche féministe 14 (1), 1985.*

Special issue, women with disabilities. *Off our backs 11 (5), 1981.*

Stark, R. et al. Sport and recreation for the disabled: a bibliography 1984-1989. Sport et loisirs pour handicapés: une bibliographie 1984-1989. Gloucester, Ont.: Sport Information Resource Centre, 1990. SIRC/CDS

Thriving: newsletter of Disabled Women's Network of Canada/Réseau d'action des femmes handicapées du Canada, 776 East Georgia Street, Vancouver, BC, V6A 2A3.

Organizations / Organismes

Canadian Blind Sports Association/ Association canadienne des sports pour aveugles
1600 James Naismith Drive
Gloucester, Ont. K1N 5B4

Canadian Federation of Sport Organizations for the Disabled / Fédération canadienne des organisations de sport pour handicapés
1600 James Naismith Drive
Gloucester, Ont. K1N 5B4

Canadian Wheelchair Sports Association / Association canadienne des sports en fauteuil roulant
1600 James Naismith Drive
Gloucester, Ont. K1N 5B4

Disabled Women's Network (DAWN)-Canada
776 East Georgia St.
Vancouver B.C. V6A 2A3
(Information also available on DAWN provincial affiliates)

Coalition of Provincial Organizations of the Handicapped (COPOH)
926-294 Portage Ave.
Winnepeg, Manitoba R3C 0B9

Sports 'n Spokes
5201 North 19th Ave.
Phoenix, Arizona 85015
(Bimontly magazine for wheelchair sports)

Chapitre cinq

L'exercice et la fonction de reproduction

Le milieu médical et le mouvement pour la santé de la femme

Pendant longtemps, certains faits physiologiques propres au cycle vital de la femme (menstruation, grossesse et ménopause) ont été considérés par le corps médical à prédominance masculine comme des états pathologiques exigeant la surveillance et l'intervention du médecin. Comme en témoigne le nombre de travaux de recherche sur l'apparition tardive de la menstruation et l'aménorrhée secondaire chez les athlètes, les publications d'aujourd'hui dans le domaine de la médecine sportive ne font pas exception à cette règle.

Chez certains médecins, on assiste à un mouvement vers le modèle adaptatif plutôt que pathologique. Selon eux, les écarts dans l'âge auquel surviennent les premières règles et la fonction menstruelle, que l'on décèle chez des jeunes filles et des femmes physiquement actives, traduisent une adaptation à des programmes ardus d'entraînement, de la même façon que des écarts analogues chez d'autres populations féminines sont de nature adaptative et servent à réduire le risque de grossesse à une époque où des femmes sont sous-alimentées (Bentley, 1985). Dans leurs recherches, Prior et ses associées ont adopté cette approche (voir le tableau 1).

À l'encontre du modèle pathologique qui perpétue la notion de la patiente passive s'en remettant totalement à son médecin, le modèle adaptatif est compatible avec les principes féministes de santé selon lesquels il convient de s'entraider, de prendre des décisions éclairées et d'éviter toute pharmacothérapie ou intervention chirurgicale inutile. Le Collectif féminin de santé de Vancouver offre une bonne définition de l'approche basée sur l'entraide :

> Nous avons pris l'habitude de penser que les «experts» médicaux détenaient le monopole en matière de bons soins de santé. En fait, nous avons tous des connaissances précieuses que nous pouvons partager pour apprendre ensemble. C'est ce concept que nous appelons «entraide» (Collectif féminin de santé de Vancouver, 1984).

Par conséquent, bien que la bibliographie de la présente partie fasse état d'études diverses, le développement qui suit mettra l'accent sur les travaux dont l'auteure a préféré l'approche d'un modèle adaptatif ou d'entraide à celle d'un modèle pathologique.

Une récente publication, *Psychology of the Female Body* (Ussher, 1989) regroupe l'ensemble complet des questions reliées à la santé physique et mentale de la femme et soumet à une critique féministe incisive les opinions et les pratiques médicales des hommes. On y trouve particulièrement des discussions utiles sur la menstruation, la grossesse et la ménopause et une bibliographie exhaustive.

La publication du premier volume *Women's Health Perspectives : An Annual Review* (Lappa, 1988, 1989) a été publiée en 1988. Les auteurs de cette série, la plupart étant des femmes des écoles américaines des sciences infirmières, ont évalué plus de 5000 articles, rapports et études internationaux consacrés à la femme et publiés dans des revues de langue anglaise. Les sujets traités portent sur la sexualité, la santé gynécologique, le syndrome prémenstruel, la ménopause, l'ostéoporose et la santé des femmes âgées. Tous les auteurs ont adopté une approche d'entraide axée sur la femme et ont fourni des essais, des révisions et des annotations critiques de la littérature récente. Ils ont illustré les liens entre les renseignements sur les soins de santé et les questions plus générales de la situation économique, sexuelle et sociale de la femme. Cette série est fortement recommandée comme une source actuelle de revues critiques de la littérature médicale consacrée aux questions sur la santé de la femme.

Tableau 1 **Choix de modèles**

	MALADIE	ADAPTATION
CAUSE	Agent unique ou étiologie présumée	Interaction intégrée de facteurs personnels et environnementaux.
ÉVOLUTION	Persistance ou aggravation	Labilité et réversibilité
INVALIDITÉ	Gêne fonctionnelle/douleurs /inconfort	Effet positif, gêne/ préoccupation peu fréquente
PROGNOSTIC	Risque de chronicité, effet nuisible/gêne	Excellent; aucune altération permanente
THÉRAPIE	a. Agent spécifique (externe)	a. Modulation de l'attitude/ du milieu/du mode de vie.
	b. Efficace	b. N'entrave pas l'adaptation
	c. Sans effets secondaires importants	c N'a aucun effet nuisible
RAPPORTS THÉRAPEUTIQUES patient : médecin	Passifs : autoritaires	Actifs : consultation-appui

Prior, J.C. Reproductive changes with exercise: when and how to evaluate, who and why to treat. In J. Puhl et coll., éds. *Sport Science Perspectives for Women.* Champaign : Human Kinetics, 1988, p. 131-150.

Bégin, M. Redesigning health care for women. La refonte des soins de santé destinés aux femmes. *CRIAW/ICREF feminist perspectives féministes 14, 1988.*

Bentley, G. Hunter-gatherer energetics and fertility: a reassessment of the Kung San. *Human ecology 13 (1), 1985, 79-109.*

Bibliography: resources on "growing up female". *Melpomene report 7 (2), 1988, 28-29.* SIRC/CDS

Boston Women's Health Book Collective. The new our bodies, ourselves. New York: Simon & Schuster, 1984. SIRC/CDS

Breen, M. Taking care: a handbook about women's health. Peterborough, Ont.: YWCA, 1985.

Bremner, J. et al. Action on health barriers. Health promotion with low income women. Toronto: Opportunity for Advancement, 1988. SIRC/CDS

Brighton Women and Science Group. Alice through the microscope: the power of science over women's lives. London: Virago, 1980.

Cohen, L.; Backhouse, C. Women and health: the growing controversy. *Canadian women studies 1 (4), 1979, 4-10.*

Fee, E. Women and health care: a comparison of theories. *In, Dreifus, C. ed., Seizing our bodies: the politics of women's health. New York: Vintage Books, 1977, p. 279-297.*

Fee, E. Women and health: the politics of sex in medicine. New York: Baywood, 1983.

Johnson, K. Women's health care: an innovative model. *Women and health 6 (1/2), 1987, 305-312.*

Kenney, J.G. Contemporary women's health: models. Reading: Addison-Wesley, 1984.

Koeske, R. Lifting the curse of menstruation: toward a feminist perspective on the menstrual cycle. *Women and health 8 (2/3), 1983, 1-16.*

Laws, S. The sexual politics of pre-menstrual tension. *Women's studies international forum 6 (1), 1983, 19-31.*

Leppa, C.J. Women's health perspectives: an annual review. Vols. 1 and 2. Phoenix: Oryx, 1988, 1989.

Mahowald, M. Sex-role stereotypes in medicine. *Hypatia 2, Summer 1987, 21-38.*

McCrea, F. The politics of menopause: the discovery of a deficiency disease. *Social problems 31 (1), 1983, 9-21.*

McDonnell, K.; Valverde, M. The healthsharing book. Toronto: Women's Press, 1985.

Mintzes, B. Through the medical maze. *Healthsharing 8 (4), 1987, 17-20.*

Ontario Advisory Council on Women's Issues. Women and health. Toronto: Ontario Advisory Council on Women's Issues, 1988.

Ridington, J. Providing services the feminist way. *In, FitzGerald, M. ed. et al., Still ain't satisfied: Canadian feminism today. Toronto: Women's Press, 1982, p. 93-107.*

Rogers, J. New visions. Toronto: Boadicca Books, 1984.

Rosser, S. Feminism within the science and health care professions. New York: Pergamon, 1988.

Special issue on women's health. *Health promotion/Promotion de la santé 25 (4), Spring 1987.*

Ussher, J. The psychology of the female body. New York: Routledge, 1989.

Vancouver Women's Health Collective. Menopause: a self-help approach. Vancouver: Vancouver Women's Health Collective, 1984.

Vancouver Women's Health Collective. Premenstrual syndrome: a self-help approach. Vancouver: Vancouver Women's Health Collective, 1984.

Women talking about health. Vancouver: Vancouver Women's Health Collective, 1989.

Other Resources / Ressources additionnelles

A Friend Indeed/Une Véritable amie
4180 Wilson Ave.
Montreal, Quebec H4A 2T9
(Newsletter for menopausal women)

Healthsharing: A Canadian Women's Health Quarterly
14 Skey Lane
Toronto, Ontario M6J 3S4

Melpomene Report: A Journal of Women's Health Research
Melpomene Institute
316 University Drive
St. Paul Minnesota 55103

Vancouver Women's Health Collective
888 Burrard St.
Vancouver, B.C. V6Z 1X9
(Publications list available)

Fonction menstruelle

Apparition de la menstruation

Au cours de la dernière décennie, de nombreuses études ont identifié une tendance selon laquelle des athlètes féminines connaissaient leurs premières règles jusqu'à trois ans plus tard que des témoins non athlètes. On a conclu que le commencement de la menstruation dépendait de nombreux facteurs interdépendants de nature physique, hormonale, nutritionnelle, psychologique et environnementale.

Sur le plan des facteurs physiques, on considère qu'un «degré d'embonpoint» minimal est nécessaire à l'apparition de la menstruation. Quant aux facteurs hormonaux, ils sont liés au rapport entre la masse maigre et la masse grasse de l'organisme ainsi qu'aux effets directs de l'exercice sur la sécrétion hormonale. L'épuisement associé à un programme intense d'entraînement, en combinaison avec un apport insuffisant en calories et en protéines, retarde également les premières règles. Les facteurs psychologiques en cause sont, pour leur part, associés au stress que connaissent les athlètes de compétition et les danseuses. Des facteurs non biologiques ayant à voir avec le nombre de membres de la famille, l'ordre de naissance, le lieu d'habitation et la classe sociale peuvent également jouer un rôle important (Malina et coll., 1979; Frisch et coll., 1981; Warren, 1980; Brisson et coll., 1982; Malina, 1983).

Frisch et ses collaborateurs (1981) ont laissé entendre qu'un entraînement sportif précoce retardait la maturation; Malina (1983) a toutefois proposé une autre explication qui repose sur des processus de sélection, à savoir : certaines filles peuvent commencer ou continuer à s'entraîner parce que leur maturation est tardive, ce qui leur donne le temps de perfectionner leurs aptitudes athlétiques avant que les modifications de la puberté (répartition des tissus graisseux, changements physiques) ne nuisent à leur performance dans certains sports. L'apparition tardive des règles se traduit également par une prolongation de la période de croissance. Pour les jeunes filles visées, les membres plus allongés et la minceur peuvent être un facteur de succès dans le milieu du sport ou de la danse (Warren, 1980).

Un retard des premières règles est si courant chez les athlètes qu'au moins un gynécologue a proposé de le considérer comme normal, c'est-à-dire comme la règle plutôt que comme l'exception en ce qui a trait aux athlètes féminines (Matthews, 1982). Selon des études longitudinales, l'apparition tardive de la menstruation peut être associée à l'aménorrhée et à la stérilité temporaire, états qui sont réversibles si l'on réduit l'intensité de l'entraînement.

Abraham, S.F. et al. Body weight, exercise and menstrual status among ballet dancers in training. *British journal of obstetrics and gynaecology 89(7), 1982, 507-510.* SIRC/CDS

Brisson, G.R. et al. Onset of menarche: a late event in pubertal progression to be affected by physical training. *Canadian journal of applied sport sciences 7(2), 1982, 61-67.* SIRC/CDS

Frisch, R.E. Body fat, menarche, fitness and fertility. *Human reproduction 2 (6), 1987, 521-533.*

Frisch, R.E. et al. Delayed menarche and amenorrhea of college athletes in relation to age of onset of training. *JAMA 246(14), Oct 1981, 1559-1563.*

Frisch, R.E.; Revelle, R. Height and weight at menarche and a hypothesis of critical body weights and adolescent events. *Science 169, 1970, 397-399.*

Gulub, S. Menarche: the beginning of menstrual life. *Women and health 8 (2/3), 1983, 17-36.*

Katch, F.I.; Spiak, D.L. Validity of the Mellitis and Cheek method for body-fat estimation in relation to menstrual cycle status in athletes and non-athletes below 22 per cent fat. *Annals of human biology 11 (5), 1984, 389-396.*

Lutter, J.M.; Foster, C. Physical activity, menstrual patterns and menstrual beliefs of girls age 11-18: a descriptive report. *Melpomene report 2, Oct 1983, 7-11.* SIRC/CDS

Malina, R.M. et al. Age at menarche, family size, and birth order in athletes at the Montreal Olympic Games, 1976. *Medicine and science in sports 11(4), 1979, 354-358.* SIRC/CDS

Malina, R.M. Biological maturity status of young athletes. *In, Malina, R.M. ed., Young athletes: biological, psychological, and educational perspectives. Champaign, Ill.: Human Kinetics, 1988, p. 121-140.* SIRC/CDS

Malina, R.M. Growth, performance, activity, and training during adolescence. *In, Shangold, M. and Mirkin, G. eds., Women and exercise: physiology and sports medicine. Philadelphia: F.A. Davis, 1988, p. 120-128.* SIRC/CDS

Malina, R.M. Menarche in athletes: a synthesis and hypothesis. *Annals of human biology 10(1), 1983, 1-24.* SIRC/CDS

Matthews, A. Are periods necessary? *Medical news 14 (44), 18 Nov 1982, 35.*

Pellerin-Massicotte, J. et al. Effect of exercise on the onset of puberty, gonadoturopins, and ovarian inhibin. *Journal of applied physiology 63 (3), 1987, 1165-1173.* SIRC/CDS

Peltenburg, A.L. et al. Biological maturation, body composition, and growth of female gymnasts and control groups of schoolgirls and girl swimmers, aged 8 to 14 years: a cross-sectional survey of 1064 girls. *International journal of sports medicine 5(1), 1984, 36-42.* SIRC/CDS

Peltenburg, A.L. et al. Sex hormones profiles of premenarcheal athletes. *European journal of applied physiology and occupational physiology 52(4), 1984, 385-392.* SIRC/CDS

Pine, D. Study: premenarcheal athletes and nonathletes. *Physician and sportsmedicine 16 (11), 1988, 40;42.* SIRC/CDS

Scott, E.; Johnston, F. Critical fat, menarche and the maintenance of menstrual cycles: a critical review. *Journal of adolescent health care 2, 1982, 249-260.*

Stager, J.M.; Hatler, L.K. Menarche in athletes: the influence of genetics and prepubertal training. *Medicine and science in sports and exercise 20 (4), 1988, 369-373.* SIRC/CDS

Warren, M.P. Effects of exercise on pubertal progression and reproductive function in girls. *Journal of clinical endocrinology and metabolism 51(5), 1980, 1150-1157.*

Wyshak, G.; Frisch, R. Evidence for a secular trend in age of menarche. *New England journal of medicine 306, 29 Apr 1982, 1033-1035.*

Zonderland, M.L. et al. Plasma lipoprotein profile in relation to sex hormones in premenarcheal athletes. *International journal of sports medicine 7 (5), 1986, 241-245.* SIRC/CDS

Variations du cycle menstruel

L'adaptation du système de reproduction à un entraînement physique intense peut se manifester entre autres par un retard dans l'apparition des règles, une aménorrhée secondaire (absence de règles pendant 6 mois) si le système de reproduction de la femme n'est pas arrivé à maturité avant qu'elle se lance dans les exercices physiques. L'oligoménorrhée (intervalles de plus de 36 jours entre chaque menstruation), un état d'anovulation (absence d'ovulation), et une phase lutéale (seconde moitié du cycle menstruel d'une durée inférieure à dix jours, état associé à la stérilité) sont les changements qui peuvent se produire dans le cycle ovulatoire des femmes d'âge mûr. Une femme peut surveiller elle-même son ovulation et la durée de sa phase lutéale, en relevant chaque jour sa température basale; cette méthode auto-administrée ne constitue pas une intervention médicale invasive (Magyar, 1979, Prior, 1983, Prior et coll., 1990).

Nombre de facteurs contribuent — séparément ou en association — aux mécanismes adaptatifs du système de reproduction, à savoir : un stress de nature physique ou psychologique, une perte de poids ou d'adiposité, ainsi que des écarts d'ordre alimentaire ou nutritionnel, qui sont source de modifications hormonales et hypothalmiques (modifications touchant la partie du cerveau qui assure la fonction hormonale); (Prior, 1985). Selon la plupart des études, les effets sont réversibles : le cycle menstruel redevient régulier lorsque le poids corporel augmente ou lorsque l'intensité des programmes d'entraînement ou d'autres formes de stress est réduite. Les athlètes, pour leur part, ne considèrent pas nécessairement une aménorrhée secondaire comme un problème (Abraham et coll., 1982; Prior, 1982).

Les faibles taux d'oestrogènes associés à l'aménorrhée peuvent entraîner une atrophie du vagin, ainsi qu'avoir le retentissement que l'on sait sur la fertilité; il ne faut pourtant pas en déduire que la femme en aménorrhée ne peut devenir enceinte (Cohen et coll., 1985). Si la grossesse n'est pas souhaitée, il est inutile de diminuer les niveaux d'exercice; pour la sécheresse du vagin, on recommande un traitement oestrogénique topique (crème vaginale qui, à faibles doses a un effet général peu marqué); (Prior et Vigna, 1983; Prior et Vigna, 1985).

Abraham, S.F. et al. Body weight, exercise and menstrual status among ballet dancers in training. *British journal of obstetrics and gynaecology 89(7), 1982, 507-510.* SIRC/CDS

Bonen, A.; Keizer, H.A. Athletic menstrual cycle irregularity: endocrine response to exercise and training. *Physician and sportsmedicine 12(8), 1984, 78-82;84-90;93-94.* SIRC/CDS

Boyden, T.W. et al. Impaired gonadotropin responses to gonadotropin-releasing hormone stimulation in endurance-trained women. *Fertility and sterility 41(3), 1984, 359-363.*

Boyden, T.W. Prolactin responses, menstrual cycles, and body composition of women runners. *Journal of clinical endocrinology and metabolism 54 (4), 1982, 711-714.*

Bullen, B.A. et al. Athletic stress and menstrual dysfunction. *In, Sports medicine - sports science: bridging the gap. Lexington, Mass.: Collamore Press, 1982, p. 83-97.* SIRC/CDS

Bullen, B.A. et al. Endurance training effects on plasma hormonal responsiveness and sex hormone excretions. *Journal of applied physiology: respiratory environmental and exercise physiology 56(6), 1984, 1453-1463.* SIRC/CDS

Carlberg, K.A. et al. Survey of menstrual function in athletes. *European journal of applied physiology and occupational physiology 51(2), 1983, 211-222.* SIRC/CDS

Cumming, D.C. Defects in pulsatile LH release in normally menstruating runners. *Journal of clinical endocrinology and metabolism 60 (4), 1985, 810-812.*

Cumming, D.C.; Rebar, R.W. Exercise and reproductive function in women. *Progress in clinical and biological research 117, 1983, 113-125.*

Dale, E.; Goldberg, D.L. Implications of nutrition in athletes' menstrual cycle irregularities. *Canadian journal of applied sport sciences 7(2), 1982, 74-78.* SIRC/CDS

Deuster, P.A. et al. Nutritional intakes and status of highly trained amenorrheic and eumenorrheic women runners. *Fertility and sterility 46 (4), 1986, 636-643.* SIRC/CDS

Ellison, P.T. et al. Exercise-induced menstrual disorders. (letters) *New England journal of medicine 313 (13), 26 Sept 1985, 825-827.* SIRC/CDS

Frisch, R.E. et al. Delayed menarche and amenorrhea of college athletes in relation to age of onset of training. *JAMA 246(14), Oct 1981, 1559-1563.*

Glass, A.R. et al. Amenorrhea in Olympic marathon runners. *Fertility and sterility 48 (5), Nov 1987, 740-745.*

Graham, S.B. Running and menstrual dysfunction - recent medical discoveries provide new insights into the human division of labor by sex. *American anthropologist 87 (4), 1985, 878-882.*

Jaffee, L.; Webster, M. Amenorrhea study. *Melpomene report 6 (1), 1987, 14.* SIRC/CDS

Jaffee, L. Exercise and menstrual function. *Melpomene report 6 (3), 1987, 28-29.* SIRC/CDS

Jurkowski, J.E.H. Hormonal and physiological responses to exercise in relation to the menstrual cycle. *Canadian journal of applied sport sciences 7(2), 1982, 85-97.* SIRC/CDS

Keizer, H. A. et al. Effect of a 3-month endurance training program on metabolic and multiple hormonal responses to exercise. *International journal of sports medicine. Supplement 3 (8), 1987, 154-160.* SIRC/CDS

Koeske, R. Lifting the curse of menstruation: toward a feminist perspective on the menstrual cycle. *Women and health 8 (2/3), 1983, 1-16.*

Litt, I.F.; Glader, L. Anorexia nervosa, athletics, and amenorrhea. *Journal of pediatrics 109 (1), 1986, 150-153.*

Loucks, A.B.; Horvath, S.M. Athletic amenorrhea: a review. *Medicine and science in sports and exercise 17(1), 1985, 56-72.* SIRC/CDS

Loucks, A.B. Does exercise training affect reproductive hormones in women? *Clinics in sports medicine 5 (3), 1986, 535-557.* SIRC/CDS

Lutter, J.M.; Foster, C. Physical activity, menstrual patterns and menstrual beliefs of girls age 11-18: a descriptive report. *Melpomene report 2, 1983, 7-11.* SIRC/CDS

Magyar, D.M. Regular menstrual cycles and premenstrual molimina as indicators of ovulation. *Obstetrics and gynecology 53, Apr 1979, 411-414.*

Matthews, A. Are periods necessary? *Medical news 14 (44), 18 Nov 1982, 35.*

McArthur, J. Amenorrhoeic athletes: at risk of developing osteoporosis? *British journal of sports medicine 18(4), 1984, 253-255.* SIRC/CDS

McArthur, J.W. Endorphins and exercise in females: possible connection with reproductive dysfunction. *Medicine and science in sports and exercise 17(1), Feb 1985, 82-88.* SIRC/CDS

Orsetti, A. Aménorrhée chez les adolescentes soumises à un entraînement intensif. *Dans, Bénézis, C. et al. eds., L'enfant, l'adolescent et le sport. Paris: Masson, 1986, p. 51-56.* CDS/SIRC

Ouelette, M.D. et al. Relationship between percent body fat and menstrual patterns in athletes and nonathletes. *Nursing research 35 (6), 1986, 330-333.* SIRC/CDS

Pirke, K.M. et al. Dieting influences the menstrual cycle: vegetarian versus nonvegetarian diet. *Fertility and sterility 46, 1986, 1083-1088.*

Prior, J.; Vigna, Y. Reproductive responses to endurance exercises in woman: from corsets to shin splints. *Canadian woman studies 4(3), 1983, 35-39.* SIRC/CDS

Prior, J.C. Controlled study of pituitary and gonadal stimulation during control and exercise menstrual cycles in normal women. *Clinical and investigative medicine 4, 1981, 16B.*

Prior, J.C. et al. Determination of luteal phase length by quantitative basal temperature methods: validation against the midcycle LH peak. *Clinical investigative medicine 13(3), 1990, 123-131.*

Prior, J.C. Endocrine "conditioning" with endurance training: a preliminary review. *Canadian journal of applied sport sciences 7(3), 1982, 148-157.* SIRC/CDS

Prior, J.C. Exercise-related adaptive changes of the menstrual cycle. *In, Macleod, D.A.D. et al. eds., Exercise: benefits, limits and adaptations. London: E. & F.N. Spon, 1987, p. 239-254.* SIRC/CDS

Prior, J.C.; Vigna, Y. Gonadal steroids in athletic women contraception, complications and performance. *Sports medicine 2 (4), 1985, 287-295.* SIRC/CDS

Prior, J.C. Luteal phases defects and anovulation: adaptive alterations occurring with conditioning exercise. *Seminars in reproductive endocrinology 3 (1), 1985, 27-33.*

Prior, J.C. The marathon and reversible luteal phase shortening: a controlled prospective study (abstract). *Medicine and science in sports and exercise 15, May 1983, 174.*

Prior, J.C. et al. Menstrual cycle changes with marathon training: anovulation and short luteal phase. *Canadian journal of applied sport sciences 7(3), 1982, 173-177.* SIRC/CDS

Prior, J.C. Physical exercise and the neuroendocrine control of reproduction. *Baillieres clinical endocrinology and metabolism 1, 1987, 299-317.*

Prior, J.C. Prolactin changes with exercises vary with breast motion: analysis of running versus cycling. *Fertility and sterility 38 (8), 1982c, 268.*

Prior, J.C. Reproduction: exercise-related adaptations and the health of women and men. *In, Bouchard, C. et al. eds., Exercise, fitness and health: a consensus of current knowledge. Champaign, Ill.: Human Kinetics Publishers, 1990, p. 661-675.* SIRC/CDS

Prior, J.C. et al. Reversible luteal phase changes and infertility associated with marathon training. (letter) *Lancet 2(8292), 31 Jul 1982, 269-270.* SIRC/CDS

Prior, J.C.; Vigna, Y. The short luteal phase: a cycle in transition. *Contemporary ob/gyn 25, 1985, 167-177.*

Ronkainen, H. et al. Physical exercise-induced changes and season-associated differences in the pituitary-ovarian function of runners and joggers. *Journal of clinical endocrinology and metabolism 60 (3), 1985, 416-422.*

Ronkainen, H. et al. Pubertal and menstrual disorders of female runners, skiers and volleyball players. *Gynecologic and obstetric investigation 18 (4), 1984, 183-189.*

Ronkainen, H.R.A. et al. Adrenocortical function of female endurance runners and joggers. *Medicine and science in sports and exercise 18 (4), 1986, 385-389.* SIRC/CDS

Russell, J.B. et al. The relationship of exercise to anovulatory cycles in female athletes: hormonal and physical characteristics. *Obstetrics and gynecology 63(4), Apr 1984, 452-456.*

Sanborn, C.F. et al. Athletic amenorrhea: lack of association with body fat. *Medicine and science in sports and exercise 19 (3), June 1987, 207-212.* SIRC/CDS

Sanborn, C.F. et al. Is athletic amenorrhea specific to runners? *American journal of obstetrics and gynecology 143(8), 15 Aug 1982, 859-861.* SIRC/CDS

Schweiger, U. et al. Caloric intake, stress, and menstrual function in athletes. *Fertility and sterility 49 (3), 1988, 447-450.*

Scott, E.; Johnston, F. Critical fat, menarche and the maintenance of menstrual cycles: a critical review. *Journal of adolescent health care 2, 1982, 249-260.*

Slavin, J. et al. Amenorrhoea in vegetarian athletes. (letter) *Lancet 1(8392), 30 Jun 1984, 1474-1475.*

Spellacy, W.N. Contraceptive practices of female runners. *Fertility and sterility 39, Mar 1983, 374-375.*

Stager, J.M. et al. Reversibility of amenorrhea in athletes. (letter) *New England journal of medicine 310 (1), 5 Jan 1984, 51-52.* SIRC/CDS

Wakat, D.K. et al. Reproductive system function in women cross-country runners. *Medicine and science in sports and exercise 14(4), 1982, 263-269.* SIRC/CDS

Warren, M.P. Effects of exercise on pubertal progression and reproductive function in girls. *Journal of clinical endocrinology and metabolism 51(5), 1980, 1150-1157.*

Webb, J.L.; Proctor, A.J. Anthropometric, training and menstrual differences of three groups of American collegiate female runners. *Journal of sports medicine and physical fitness 23(2), 1983, 201-209.* SIRC/CDS

Webb, J.L. et al. Gynecological survey of American female athletes competing at the Montreal Olympic Games. *Journal of sports medicine and physical fitness 19(4), 1979, 405-412.* SIRC/CDS

Aménorrhée secondaire et ostéoporose chez les athlètes

De faibles taux d'oestrogènes et de progestérones, état pouvant se traduire par une plus grande prédisposition à l'ostéoporose, sont présents chez des athlètes aménorrhéiques, ainsi que chez les femmes sédentaires aménorrhéiques. Les athlètes dont les menstruations sont régulières, mais chez qui l'ovulation est absente ou la phase lutéale est courte ont des taux d'oestrogène normaux mais de faibles taux de progestérone. Depuis qu'il a été signalé chez quelques coureuses en 1982, le prétendu lien entre l'aménorrhée associée à l'exercice et la diminution de la masse osseuse ne cessent de faire couler beaucoup d'encre. (Cann et coll., 1984; Gonzalez, 1982). L'étude et le débat qui ont suivi, ont fait ressortir des problèmes relatifs à la méthodologie, aux mesures et au diagnostic associés à ce domaine de recherche. Les femmes ayant un cycle ovulatoire et qui s'entraînent pour un marathon vivent les mêmes changements annuels dans leur masse osseuse que les femmes sédentaires (Prior, 1988). Le rôle de la nutrition,

auquel certaines études antérieures ne s'étaient pas arrêtées, est présentement examiné avec soin (Caldwell, 1984; Lutter, 983) et un supplément de calcium est recommandé à titre de mesure préventive sûre.

Des enquêtes sont en cours (Prior et coll.) sur les effets de la course sur le squelette; on y fait une distinction importante entre le tissu cortical (trouvé dans le tibia) et le tissu trabéculaire (trouvé dans la colonne vertébrale). On suppose que le tissu cortical augmentera davantage en densité chez les coureuses que chez les femmes normalement actives, tandis que le tissu trabéculaire pourra diminuer si l'anovulation se développe et que les taux de progestérone sont faibles. On présume en outre que le retour des cycles d'ovulation peut déclencher une «croissance» de rattrapage du tissu trabéculaire.

Bonnard, J.M. et al. Masse osseuse et activités physiques. *Cinésiologie 24 (103), sept./oct. 1985, 381-385.* CDS/SIRC

Caldwell, F. Light-boned and lean athletes: does the penalty outweigh the reward? *Physician and sportsmedicine 12(9), 1984, 139-145;149.* SIRC/CDS

Cann, C. Decreased spinal mineral content in amenorrheic women. *JAMA 251 (5), 3 Feb 1984, 626-629.*

Cook, S.D. et al. Trabecular bone density and menstrual function in women runners. *American journal of sports medicine 15 (5), 1987, 503-507.* SIRC/CDS

Drinkwater, B.L. et al. Bone mineral content of amenorrheic and eumonorrheic athletes. *New England journal of medicine 311(5), 2 Aug 1984, 277-281.* SIRC/CDS

Drinkwater, B.L. et al. Bone mineral density after resumption of menses in amenorrheic athletes. *JAMA 256 (3), 18 Jul 1986, 380-382.*

Fisher, E.C. et al. Bone mineral content and levels of gonadotropins and estrogens in amenorrheic running women. *Journal of clinical endocrinology and metabolism 62 (6), June 1986, 1232-1236.*

Gonzales, E. Premature bone loss found in some nonmenstruating sportswomen. *JAMA 248 (5), 6 Aug 1982, 513-514.*

Jones, K.P. et al. Comparison of bone density in amenorrheic women due to athletics, weight losss, and premature menopause. *Obstetrics and gynecology 66 (1), 1985, 5-8.* SIRC/CDS

Lane, N.E. et al. Long-distance running, bone density, and osteoarthritis. *JAMA 255 (9), 7 Mar 1986, 1147-1151.* SIRC/CDS

Linnell, S.L. et al. Bone mineral content and menstrual regularity in female runners. *Medicine and science in sports and exercise 16(4), 1984, 343-348.* SIRC/CDS

Lloyd, T. et al. Interrelationships of diet, athletic activity, menstrual status, and bone-density in collegiate women. *American journal of clinical nutrition 46 (4), 1987, 681-684.*

Lutter, J.M. Mixed messages about osteoporosis in female athletes. *Physician and sportsmedicine 11(9), 1983, 154-157;160;165.* SIRC/CDS

Marcus, R. et al. Menstrual function and bone mass in elite women distance runners. Endocrine and metabolic features. *Annals of internal medicine 102 (2), 1985, 158-163.*

McArthur, J. Amenorrhoeic athletes: at risk of developing osteoporosis? *British journal of sports medicine 18(4), 1984, 253-255.* SIRC/CDS

Parrish, M. Exercising to the bone: is there a connection between athletic amenorrhea and bone loss? *Women's sports 5(4), 1983, 25-26;28-30;32.* SIRC/CDS

Prior, J.C. et al. Marathon training, in the absence of luteal phase changes, is not a risk factor for trabecular bone loss. *Journal of bone mineral research 3, 1988, S85.*

Prior, J.C. Work in progress. Vancouver: University of British Columbia.

Smith, E.L. Bone concerns. *In, Shangold, M. and Mirkin, G. eds., Women and exercise: physiology and sports medicine. Philadelphia: F.A. Davis, 1988, p. 79-87.* SIRC/CDS

Snyder, A.C. et al. Bone mineral content of elite lightweight amenorrheic oarswomen. *Human biology 58 (6), 1986, 863-869.*

Molimen et symptômes prémenstruels

Les femmes qui ovulent régulièrement connaissent diverses modifications cycliques — certaines positives, d'autres négatives. Si ces modifications sont plus intenses chez certaines femmes, elles ne sont jamais fondamentalement pathologiques (Laws, 1983). Ces modifications peuvent porter sur l'appétit, la sensibilité des seins, la rétention aqueuse et l'humeur. Ces manifestations, tout à fait normales, sont révélatrices de l'ovulation; c'est ce que l'on appelle le «molimen» (Magyar, 1979). Lorsque le molimen est plus intense ou dure plus longtemps, on peut parler de tension prémenstruelle (Prior, communication personnelle).

Deux études portant sur la question de l'impact des phénomènes cycliques sur la performance des athlètes ont conclu que les effets sur les réactions métaboliques déclenchées par l'exercice étaient nuls ou presque — sauf chez des sujets qui jeûnaient ou ne prenaient aucun liquide pendant les 24 heures précédant l'exercice. Chez les sujets à jeun, c'est au cours de la phase lutéale (prémenstruelle) que les réactions variaient (Gaebelein et Senay, 1982; Bonen et coll., 1983). À ce propos, on sait cependant que des athlètes féminines ont donné leurs meilleures performances dans des compétitions internationales, à chaque étape du cycle menstruel et pendant une grossesse.

Chez certaines femmes, la gravité des phénomènes prémenstruels peut nécessiter un traitement. Dans une étude récente, Prior a démontré l'efficacité d'exercices aérobies modérés pour soulager ces symptômes. On a également recommandé le yoga et les exercices de relaxation. Parmi les diétothérapies utiles, notons : une réduction de l'apport en calories, en sel et en caféine; une augmentation de l'apport en eau; et un supplément de vitamine B6 (Caldwell, 1984; Grandjean, 1984; Collectif féminin de santé de Vancouver, 1984).

Abraham, G.; Rumley, R. Role of nutrition in managing the premenstrual tension syndrome. *Journal of reproductive medicine 30 (6), 1987.*

Bonen, A. et al. Effects of menstrual cycle on metabolic responses to exercise. *Journal of applied physiology: respiratory, environmental and exercise physiology 55(5), 1983, 1506-1513.* SIRC/CDS

Brooks-Gunn, J. et al. The effect of cycle phase on the performance of adolescent swimmers. *Physician and sportsmedicine 14 (3), 1986, 182-192.* SIRC/CDS

Caldwell, F. PMS symptoms are relieved by exercise. *Physician and sportsmedicine 12(5), 1984, 23-24.* SIRC/CDS

Canty, A.P. Can aerobic exercise releive the symptoms of premenstrual syndrome (PMS)? *Journal of school health 54 (10), 1984, 410-411.* SIRC/CDS

Dibrezzo, R. et al. Dynamic strength and work variations during three stages of the menstrual cycle. *Journal of orthopaedic and sports physical therapy 10 (4), 1988, 113-116.* SIRC/CDS

Dombovy, M.L. et al. Exercise performance and ventilatory response in the menstrual cycle. *Medicine and science in sports and exercise 19 (2), 1987, 111-117.* SIRC/CDS

Gaebelein, C.J.; Senay, L.C. Vascular volume dynamics during ergometer exercise at different menstrual phases. *European journal of applied physiology and occupational physiology 50(1), 1982, 1-11.* SIRC/CDS

Grandjean, A.C. Nutritional concerns for the woman athlete. *Clinics in sports medicine 3(4), 1984, 923-938.* SIRC/CDS

Jones, J. Nutritional therapies for PMS. *Melpomene report 6, Spring 1987.*

Jones, J. PMS: treatment. *Melpomene report 5 (3), 1986, 13-16.*

Koeske, R. Lifting the curse of menstruation: toward a feminist perspective on the menstrual cycle. *Women and health 8 (2/3), 1983, 1-16.*

Lamont, L.S. Lack of influence of the menstrual cycle on blood lactate. *Physician and sportsmedicine 14 (1), 1986, 159-163.* SIRC/CDS

Lamont, L.S. et al. Menstrual cycle and exercise effects on protein catabolism. *Medicine and science in sports and exercise 19 (2), 1987, 106-110.* SIRC/CDS

Laws, S. The sexual politics of pre-menstrual tension. *Women's studies international forum 6 (1), 1983, 19-31.*

Magyar, D.M. Regular menstrual cycles and premenstrual molimina as indicators of ovulation. *Obstetrics and gynecology 53, Apr 1979, 411-414.*

Payer, L. Hell week. *Ms. Mar 1989, 28-31.*

Pilon, D. PMS, the monthly controversy. *Herizons 4 (3), 1986, 30-31.*

Prior, J.C.; Vigna, Y. Conditioning exercise and premenstrual symptoms. *Journal of reproductive medicine 32 (6), 1987, 423-428.*

Prior, J.C. et al. Conditioning exercise decreases premenstrual symptoms: a prospective controlled three month trial. *European journal of applied physiology and occupational physiology 55 (4), 1986, 349-355.* SIRC/CDS

Prior, J.C. et al. Conditioning exercise decreases premenstrual symptoms: a prospective, controlled 6 month trial. *Fertility and sterility 47 (3), 1987.*

Prior, J.C.; Vigan, Y. Conditioning exercise improved premenstrual symptoms: a controlled trial. *United States Olympic Committee Conference on Menstrual Cycle and Physical Activity, unpublished paper, 1984.*

Vancouver Women's Health Collective. Premenstrual syndrome: a self-help approach. Vancouver: Vancouver Women's Health Collective, 1984.

Woods,N.G.; Graham, T.E. Effect of menstrual cycle phase and exercise training on serum lipids. *Canadian journal of applied sport sciences 11 (2), 1986, 88-93.* SIRC/CDS

Zita, J. The premenstrual syndrome: dis-easing the female cycle. *Hypatia 3 (1), 1988, 77-99.*

Other Resources / Ressources additionnelles

What people are calling PMS: a film about premenstrual changes. Directed by Haida Paul. National Film Board, 1988.

In control/Auto contrôle. A premenstrual stress support newsletter
Canadian Association for Understanding Premenstrual Changes
4815 Bessborough, #4
Montreal, P.Q. H4V 2S2
514-485-7950

Grossesse et lactation

Depuis la publication de l'étude menée en 1972 par Zaharieva auprès d'athlètes olympiques, les données s'accumulent sur l'absence de conséquences nocives de l'activité physique pour la fonction de procréation de la femme. De plus, on a solidement démontré que la performance d'une athlète n'a pas à souffrir d'une grossesse : en effet, des athlètes enceintes ont mérité des médailles olympiques et, en reprenant leur entraînement après un accouchement, de nombreuses femmes se sont surpassées (Zaharieva, 1972).

Selon des études récentes, le fait qu'une femme en bonne forme physique ayant une grossesse normale fasse ou non des exercices réguliers se répercuterait sur l'issue de la grossesse : dans le premier cas, le travail serait moins long, les complications moins nombreuses (césarienne) et la poids du bébé plus élevé (Kaufman et Hall, 1985). Bien que les données ne soient pas concluantes et que le milieu médical ait tendance à être prudent, on s'entend généralement pour dire que les exercices aérobies ne sont pas dangereux et qu'une activité comme la natation, où le poids n'entre pas en ligne de compte, est probablement salutaire (Sibley et coll., 1981; Saubert, 1984). Peu d'études ont porté sur les bienfaits psychologiques d'une activité physique régulière pour une femme enceinte; l'interaction d'effets phsyiologiques et psychologiques peut expliquer en partie les résultats positifs récemment documentés (voir Considérations d'ordre psychologique, p. 160).

Le niveau de condition physique de la femme avant la conception est un facteur à considérer pour déterminer le niveau d'exercice nécessaire à un effet d'entraînement aérobie pendant la grossesse. On a constaté que la ventilation, la consommation d'oxygène et la production de bioxyde de carbone augmentent au fur et à mesure que la grossesse avance, la plupart de ces changements étant une conséquence du gain de poids. Un exercice moins rapide — la marche plutôt que la course, par exemple — peut donc permettre d'obtenir l'effet d'entraînement voulu pendant les derniers stades; quelques femmes ont toutefois poursuivi leurs programmes de course tout au long de la grossesse (Dressendorfer, 1978; Sibley et coll., 1981; Hutchinson et coll., 1981; Dibblee et Graham, 1983). Des études ont révélé que la fréquence cardiaque et les mouvements du foetus augmentent pendant les exercices de la mère (jusqu'à 80 p. 100 de la capacité aérobie de la mère), en restant toutefois dans la normale (Hauth et coll., 1982; Collings et coll., 1983; Dale et coll., 1982). L'*American College of Obstetrics and Gynecology* a récemment publié des lignes de conduite en matière d'intensité, de température, de nutrition et de gain de poids (Caldwell et Jopke, 1985).

Étant donné que les collisions et les chutes peuvent être dangereuses pour la femme enceinte et le foetus, des inquiétudes bien précises sont associées à la participation à des sports de contact et à certains sports aquatiques. Quelques études sur les effets de la plongée sous-marine sur la santé de la mère et du foetus (chez des sujets non humains) révèlent la présence d'un risque élevé à l'égard du mal de décompression et de troubles connexes. Comme les études sur les humains ne sont pas encore concluantes, les conseils offerts dans ce domaine sont généralement prudents, peut-être à tort. N'a-t-on pas constaté en effet que les plongeuses coréennes n'interrompent leur travail ni pendant leur grossesse ni pendant l'allaitement, sans pourtant subir de conséquences néfastes (Kizer, 1981; Ibrahimoff, 1984).

Alexander, L. Exercise in pregnancy. *Unpublished paper Vancouver, 1985, 1-2.* SIRC/CDS

Betts, J. Diving and the unborn child. *Diver 30 (1), 1985, 14-15.* SIRC/CDS

Blackwell, K. Special exercise classes help expectant mothers to shape up. *Journal of physical education and program 79(5), Jun 1982, E15-E17.* SIRC/CDS

Brinn, G. Woman-centered pregnancy and birth. Pittsburgh: Cleis, 1987.

Caldwell, F.; Jopke, T. Questions and answers: ACSM 1985. *Physician and sportsmedicine 13 (8), 1985, 145-151.* SIRC/CDS

Canada. Condition physique et Sport amateur. Conditionnement physique et grossesse. Ottawa: Condition physique Canada, 1982. CDS/SIRC

Canada. Fitness and Amateur Sport. Fitness and pregnancy. Ottawa: Fitness and Amateur Sport, 1982. SIRC/CDS

Clapp, J.F. et al. Thermoregulatory and metabolic responses to jogging prior to and during pregnancy. *Medicine and science in sports and exercise 19 (2), 1987, 124-130.* SIRC/CDS

Cohen, G.C.; Prior, J.C. Endurance training in the first and second trimesters of non-apparent pregnancies. *United States Olympic Committee Conference on Menstrual Cycle and Physical Activity, unpublished paper, 1984.*

Cohen, G.C. et al. Intense exercise during the first two trimesters of unapparent pregnancy. *Physician and sportsmedicine 17 (1), 1989, 87-88;91-94.* SIRC/CDS

Collings, C.A. et al. Maternal and fetal responses to a maternal aerobic exercise program. *American journal of obstetrics and gynecology 145(6), 1983, 702-707.*

Dale, E. et al. Exercise during pregnancy: effects on the fetus. *Canadian journal of applied sport sciences 7(2), 1982, 98-103.* SIRC/CDS

Dibblee, L.; Graham, T.E. A longitudinal study of changes in aerobic fitness, body composition, and energy intake in primigravid patients. *American journal of obstetrics and gynecology 147(8), 1983, 908-914.*

Dressendorfer, R.H.; Goodlin, R.C. Fetal heart rate response to maternal exercise testing. *Physician and sportsmedicine 8(11), 1980, 90-93;96.* SIRC/CDS

Dressendorfer,R.H. Physical training during pregnancy and lactation. *Physician and sportsmedicine 6(2), 1978, 74-80.* SIRC/CDS

Edwards, M.J. et al. Accelerated respiratory response to moderate exercise in late pregnancy. *Respiration physiology 45(3), 1981, 229-241.*

George, G.; Berk, B. Exercise before, during, and after pregnancy. *Topics in clinical nursing 3(2), 1981, 33-39.* SIRC/CDS

Gorski, J. Exercise during pregnancy: A maternal and fetal responses. A brief review. *Medicine and science in sports and exercise 17 (4), 1985, 407-416.* SIRC/CDS

Hauth, J. Fetal heart rate reactivity before and after maternal jogging during the third trimester. *American journal of obstetrics and gynecology 142 (5), 1982, 545-547.*

Hutchinson, P.L. et al. Metabolic and circulatory responses to running during pregnancy. *Physician and sportsmedicine 9(8), 1981, 55-58;61.* SIRC/CDS

Ibrahimoff, O. Naissance et croissance. La plongée hyperbare en question. *Médecine du sport 58(4), 25 juil 1984, 26-35.* CDS/SIRC

Jones, R.L.; Bott, J.J. Thermoregulation during pregnancy in moderately exercising aerobically conditioned women (abstract). *Medicine and science in sport and exercise 17, 1985, 215.*

Jovanovic, L. et al. Human maternal and fetal response to graded exercise. *Journal of applied physiology 58 (5), 1985, 1719-1722.* SIRC/CDS

Kaufman, D.A.; Hall, D.C. Effects of physical conditioning on health of pregnant women and their offspring (abstract). *Medicine and science in sport and exercise 17, 1985, 530.*

Kizer, K.W. Women and diving. *Physician and sportsmedicine 9(2), 1981, 84-92.* SIRC/CDS

Kulpa, P.J. et al. Aerobic exercise in pregnancy. *American journal of obstetrics and gynecology 156 (6), 1987, 1395-1403.*

Lee, V. Exercise and pregnancy study. *Melpomene report 7 (1), 1988, 14-15.* SIRC/CDS

Lee, V. A new look at nutrition for the pregnant and active pregnant woman and the breast feeding women. *Melpomene report 4 (2), 1985, 19-24.*

Lee, V. Pregnancy and exercise study - research update. *Melpomene report 3 (3), 1984, 20.*

Lee, V. Pregnancy research update. *Melpomene report 4 (1), 1985, 27.* SIRC/CDS

Lee, V. Weightlifting and pregnancy: effects on baby and mom. *Melpomene report 2 (2), 1983, 9-10.* SIRC/CDS

Lotgering, F.K. et al. The interactions of exercise and pregnancy: a review. *American journal of obstetrics and gynecology 149(5), 1984, 560-568.* SIRC/CDS

Lotgering, F.K. Maternal and fetal reponses to exercises during pregnancy. *Physiological review 65, 1985, 1-36.*

Lotgering, F.K. Pregnancy. *In, Shangold, M. and Mirkin, G. eds., Women and exercise: physiology and sports medicine. Philadelphia: F.A. Davis, 1988, p. 145-155.* SIRC/CDS

Lutter, J. Fetal outcome of women who ran while pregnant: a preliminary report. *Melpomene report 3 (3), 1984, 6-8.*

Lutter, J. Running while pregnant: an interim report. *Melpomene report 1 (1), 1982, 4-6.* SIRC/CDS

Mullinax, K.M.; Dale, E. Some considerations of exercise during pregnancy. *Clinics in sports medicine 5 (3), 1986, 559-570.* SIRC/CDS

Porter, M. Exercise in pregnancy. *Gynecology and obstetrics 2, 1985, 9.*

Rauramo, I. et al. Stress hormones and placental steroids in physical exercise during pregnancy. *British journal of obstetrics gynaecology 89(11), 1982, 921-925.*

Sady, S.P. et al. Prediction of VO2 max during cycle exercise in pregnant women. *Journal of applied physiology 65 (2), 1988, 657-661.* SIRC/CDS

Saubert, C. W. Water exercise effective for pregnant woman. *Journal of physical education and program 81(4), 1984, D16-D18.* SIRC/CDS

Shrock, P. Exercise and physical activity during pregnancy. *Gynecology and obstetrics 2, 1985, 8.*

Sibley, L. et al. Swimming and physical fitness during pregnancy. *Journal of nurse-midwifery 26(6), Nov/Dec 1981, 3-12.*

Snyder, D.K.; Carruth, B.R. Current controversies: exercising during pregnancy. *Journal of adolescent health care 5(1), 1984, 34-36.*

Veille, J.C. et al. The effect of exercise on uterine activity in the last eight weeks of pregnancy. *American journal of obstetrics and gynecology 151 (6), 1985, 727-730.*

Volkoff, N. La grossesse sportive. Paris: Encre, 1985. CDS/SIRC

Wallace, A.M.; Engstrom, J.L. The effects of aerobic exercise on the pregnant woman, fetus, and pregnancy outcome. A review. *Journal of nurse-midwifery 32 (5), 1987, 277-290.*

Wells, C.L. Exercise during pregnancy. *In, Wells, C.L., Women, sport, and performance: a physiological perspective. Champaign, Ill.: Human Kinetics, 1985, p. 127-158.*

Wong, S.; McKenzie, D.C. Fitness and pregnancy (abstract). *Medicine and science in sport and exercise 17, 1985, 208.*

Zaharieva, E. Olympic participation by women: effects on pregnancy and childbirth. *JAMA 221(9), 28 Aug 1972, 992-995.* SIRC/CDS

Ménopause

Depuis de nombreuses années, le mouvement de santé de la femme en Amérique du Nord déploie des efforts en vue d'enlever à la ménopause son aspect médical. Les techniques non médicales visant à permettre aux femmes de résoudre elles-mêmes les problèmes liés à la ménopause prévoient : des changements dans la manière de s'alimenter et les types d'exercice (les articulations); des suppléments vitaminiques et minéraux; la participation à des groupes d'entraide et à des ateliers; des exercices de détente et de réduction du stress. Prior et coll. signalent que les symptômes ménopausiques d'instabilité vasomotrice et de dépression peuvent être maîtrisés chez la plupart des femmes par un programme de conditionnement qui peut aider à prévenir l'ostéoporose liée à l'âge. (voir Activité physique et ostéoporose liée à l'âge, p. 113).

Beyene, Y. Cultural significance and physiological manifestations of menopause: a biocultural analysis. *Culture, medicine and psychiatry 10, 1986, 47-71.*

A book about menopause. La menopause. Montreal: Health Press, 1987.

Cobb, J. Understanding menopause. Toronto: Key Porter, 1988.

Doress, P.; Siegal, D. Ourselves growing older. *New York: Simon and Schuster, 1987, Chapter 10, p. 116-127.*

Greenwood, S. Menopause naturally: preparing for the second half of your life. California: Volcano Press, 1984.

MacPherson, K.I. Menopause as disease: the social construction of a metaphor. *Annals of nursing science 3, 1981, 95-113.*

MacPherson, K.I. Osteoporosis: the new flaw in women or science? *Health values, July/Aug 1987, 9-11.*

McCrea, F. The politics of menopause: the discovery of a deficiency disease. *Social problems 31 (1), 1983, 9-21.*

Prior, J.C. Work in progress. Vancouver: University of British Columbia.

Special issue. Women in the later years: health, social and cultural perspectives. *Women and health 14 (3/4), 1988.*

Special menopause issue. *Healthsharing 8 (1), 1986.*

Vancouver Women's Health Collective. Menopause: a self-help approach. Vancouver: Vancouver Women's Health Collective, 1984.

Voda, A. Menopause, the closure of menstrual life. *Women and health 3 (2/3), 1983, 137-156.*

Other Resources / Ressources additionnelles

A Friend Indeed: Newsletter about menopause
PO Box 515
Place du Parc station
Montreal, P.Q. H2W 2P1

Hot Flash: Newsletter for midlife and older women
c/o Dr. Jane Porcino
Box 816
Stony Brook, New York, 11790-0609, USA

Is it hot in here? L. Alper and H. Paul. National Film Board, 1986.

The best time of my life. P. Watson. National Film Board, 1986.

Une Véritable Amie
PO Box 515
Place du Parc station
Montréal, P.Q. H2W 2P1

Chapitre six

Conclusion et suggestions

D'après l'envergure du présent ouvrage, il est manifeste qu'il existe une documentation considérable sur la plupart des aspects de la participation féminine au sport et à l'activité physique. Cependant, comme dans d'autres domaines de recherche concernant la femme, de nombreuses questions d'importance ont été négligées ou formulées en termes tels que les travaux ne réussissent pas à peindre un tableau réel ou complet de la situation.

Dans les domaines où l'intérêt féministe a été le plus marqué — l'emploi et l'éducation, par exemple — la recherche a bénéficié d'une approche multidisciplinaire, tandis que la recherche sur des sujets liés au sport a tendance à être compartimentée par des barrières rigides. Par conséquent, la plupart des chercheurs scientifiques n'ont pas tenu compte de facteurs socioculturels et, dans le domaine des sciences sociales, les chercheurs ont souvent omis d'inclure les dernières données physiologiques dans leurs analyses. Qui plus est, malgré l'existence d'une bonne critique féministe en ce qui touche les sciences et la médecine en générale, la recherche et la pratique — telles qu'elles s'inscrivent dans les domaines de la physiologie de l'exercice et de la médecine sportive — ont rarement été remises en question. Une nouvelle publication de l'Université d'Illinois: *Women in Sport and Physical Activity*, traitera de certaines de ces questions.

Ces tendances de la recherche liée au sport ont des répercussions importantes pour les femmes qui occupent des postes d'animatrices sportives et pour celles qui défendent les intérêts de la femme. Comme le démontre le débat persistant entre les tenants de l'intégration, la pénurie de travaux axés sur la femme se traduit par l'affaiblissement des liens fondamentaux entre l'analyse féministe et la pratique politique féministe. Or, ces liens doivent être nourris dans les deux sens : ainsi, des femmes appartenant, par exemple, au milieu de l'animation sportive ou à celui de la défense des intérêts féminins peuvent identifier des secteurs où la recherche serait nécessaire; et la recherche peut elle-même inspirer des programmes ou des initiatives portant sur la défense des intérêts de la femme. Des féministes pourraient également remettre en question l'utilité de perpétuer le sport tel qu'il est présentement dans l'un ou l'autre de ses aspects et décider plutôt de mettre au point des activités physiques qui seraient agréables et propices à la collaboration et à la participation, tout au long de la vie.

On trouvera dans les pages qui suivent quelques suggestions en matière de questions, de stratégies et d'initiatives dans le domaine de la recherche, de l'animation sportive et de la défense des intérêts de la femme; il s'agit tout simplement d'une première étape d'une tâche longue et difficile, et non pas d'une liste exhaustive.

Recherche

Questions

- Effets de la classe sociale et de la race ou de l'ethnie sur la participation féminine au sport et à l'activité physique.
- Liens historiques et actuels entre le sport ou la condition physique, le sexe et la sexualité féminine.
- Documentation approfondie de l'histoire du sport féminin au Canada.
- Permanence de la critique féministe en ce qui a trait à l'orientation liée au sexe donnée à la recherche dans le domaine de la physiologie de l'exercice.
- Permanence de la critique féministe en ce qui a trait à l'approche du «modèle pathologique» adoptée en gynécologie sportive.
- Facteurs poussant une femme à opter pour une carrière d'athlète, d'instructrice ou d'administratrice.

Stratégies et initiatives

- Organe de coordination pour la nouvelle recherche féministe liée au sport et à l'activité physique qui se fait dans toutes les disciplines.
- Publication féministe de caractère interdisciplinaire portant sur le sport et l'activité physique.

- Conférence nationale sur la femme, le sport et l'activité physique.

- Introduction de questions touchant la physiologie de l'exercice et la gynécologie sportive dans la littérature du mouvement pour la santé de la femme.

- Projets de recherche d'envergure dans ces domaines où des questions d'intérêt féminin liées au sport sont mal connues et mal comprises.

- Recherche appuyée sur des échantillons représentatifs de femmes pour accroître la fiabilité et la validité des résultats.

- Recherche multidisciplinaire portant sur les interactions entre les facteurs physiologiques et socio-culturels.

- Réseaux de soutien administratif et de protection pour les chercheurs qui adoptent une perspective féministe critique.

- Éducation des chercheurs en vue d'un renouvellement fondamental du processus de recherche pour leur permettre de bien tenir compte du sexe.

- Révision des cours conduisant à un premier diplôme dans les sciences du sport de façon à faire en sorte qu'ils soient exempts de tout parti pris contre les femmes.

Animation sportive

Questions

- Obstacles de nature publique et privée empêchant une pleine participation féminine à divers niveaux d'animation sportive, par exemple :

  — le fait de se charger, à titre bénévole, de l'entraînement d'une équipe communautaire ou scolaire;

  — la difficulté de se perfectionner en tant qu'instructrice;

  — le fait d'occuper un poste d'instructrice ou d'administratrice pour un sport non traditionnel;

  — des problèmes liés à l'autonomie de la femme et aux débouchés offerts dans des services et des organismes de sport amalgamés.

- Absence d'activité sportive ou de conditionnement à l'intention de groupes précis, par exemple :

  — femmes handicapées;

  — femmes souffrant d'embonpoint;

  — femmes s'étant mises à l'activité physique sur le tard;

  — adolescentes;

  — mères de jeunes enfants.

Stratégies et initiatives

- Cliniques d'entraînement et cours de certification pour chaque niveau, organisés dans tous les sports et réservés aux femmes.

- Pendants féministes aux clubs commerciaux de conditionnement physique, aux cliniques de perte de poids et aux programmes télévisés de danse exercice.

- Mise sur pied de sports d'équipe, de clubs de course et de cyclisme, de programmes éducatifs en plein air, de clubs s'adressant à des groupes particuliers, tous réservés aux femmes et dotés de services de garderie.

- Mise au point de programmes mettant en valeur des modèles dans le but d'encourager les filles à participer à un sport ou à une activité physique en milieu scolaire ou communautaire.

- Débats et ateliers conçus pour permettre aux femmes occupant un poste en animation sportive de discuter de la question de l'intégration et d'élaborer des stratégies reposant sur une compréhension *totale* et *précise* de ses répercussions.

Défense des intérêts de la femme

Questions

- Barrières empêchant le financement et la publication de travaux féministes sur des questions liées au sport et à l'activité physique, tout particulièrement dans le domaine de la médecine sportive.

- Usage et abus de données physiologiques périmées pour justifier la discrimination sexuelle qui existe dans le sport au niveau des institutions ou des règlements.

- Usage et abus de statistiques sur la participation féminine pour justifier le fait que, en matière de sport, les milieux scolaire, universitaire et communautaire offrent aux filles et aux femmes peu de programmes et de possibilités.

- Déformation des faits par les médias en ce qui concerne les athlètes féminines et les femmes actives, et insuffisance de l'intérêt accordé à la question.

Stratégies et initiatives

- Collaboration et solidarité avec des groupes de défense des intérêts de la femme en matière de santé, d'éducation, de services communautaires, de surveillance des médias, de recherche et d'action politique.

- Appui total des cas de discrimination sexuelle dans le sport qui vont à l'encontre des droits de la personne ou de la Charte.

- Présentation de dossiers et autres initiatives de pression s'adressant aux services responsables du sport et de la condition physique, aux conseils scolaires, aux services responsables des parcs et des loisirs, au Conseil de la radiodiffusion et des télécommunications canadiennes, ainsi qu'à des groupes de travail chargés d'examiner des questions connexes.

- Appui des mesures d'équité de l'ACSEPL et d'autres associations professionnelles et collaboration à leur mise en oeuvre.

- Appui des efforts et participation aux initiatives de l'Association canadienne pour l'avancement de la femme et du sport.

- Boycottage des commanditaires de programme ou de publicité donnant une fausse image en exploitant les femmes dans le domaine du sport et de la condition physique.

- Pression auprès des journaux et des éditeurs pour les amener à adopter des lignes directrices visant à bannir l'utilisation d'un langage et d'un contenu sexistes.

- Pression auprès des organismes de subvention pour les porter à élaborer des politiques obligeant les chercheurs à employer un langage non sexiste dans leur recherche et à accorder la priorité aux recherches qui font une analyse pertinente des questions relatives à chacun des sexes.

- Pression auprès des ministères provinciaux de sports et de loisirs pour les porter à élaborer et à mettre en oeuvre rapidement des politiques touchant les femmes.

- Appui des efforts des comités de femmes des ONS et d'autres organismes dans leurs pressions auprès du Comité international olympique pour élargir l'éventail des sports et d'événements pour les femmes en 1996.

(Les recommandations précédées d'un astérisque (*) ont été adaptées du Rapport sommaire du colloque de politique qui a eu lieu dans le cadre de la Conférence internationale sur l'exercice, la condition physique et la santé, à Toronto, les 2 et 3 juin 1988, p. 23).

Annexe A
Organismes féminins

Comités de la situation de la femme

Alberta Status of Women Action Committee
a/s Women's Resource Centre
202-325, 6e rue Sud
Lethbridge (Alberta) T1J 2C7

Alberta Status of Women Action Committee
Case postale 1673
Edmonton (Alberta) T2R 0G9

Bay St. George Status of Women Council
Case postale 501
Stephenville (Terre-Neuve) A2N 2T7

Calgary Status of Women Action Committee
304-233, 12e av. Sud-Ouest
Calgary (Alberta) T2R 0G9

Comité canadien d'action sur le statut de la femme — section du Nouveau-Brunswick
386, rue St-George
Moncton (N.-B.) E1C 1X2

Conseil du statut de la femme
Bureau 300, rue Cook
Québec (Québec) G1R 5J7

Conseil ontarien du statut de la femme
700, rue Bay, 3e étage
Toronto (Ontario) M5G 1Z6

Fédération des femmes du Québec
1265, rue Berri, bureau 820
Montréal (Québec) H2L 4E4

Gateway Status of Women Council
Gateway Women's Centre, Case postale 312
Port-aux-Basques (Terre-Neuve) A0M 1C0

Labrador West Status of Women Council
Case postale 171
Labrador City, Labrador (Terre-Neuve) A2V 2K5

London Status of Women Action Group
Case postale 3161
London (Ontario) N6A 4J4

Manitoba Action Committee on the Status of Women
16-222, rue Osburne
Winnipeg (Manitoba) R3L 1Z3

Manitoba Action Committee on the Status of Women
#133 – 10e Rue
Brandon (Manitoba) R7A 4E7

Newfoundland Advisory Council on the Status of Women
131, chemin Le Marchand
Saint-Jean (Terre-Neuve) A1C 2H3

Northwest Territories Advisory Council on the Status of Women
Case postale 1320
Yellowknife (T.N.-O.) Z1A 2L9

Nova Scotia Advisory Council on the Status of Women
Case postale 745, 1657, rue Barrington
Halifax (Nouvelle-Écosse) B3J 2T3

Prince Edward Island Advisory Council on the Status of Women
Case postale 2000
Charlottetown (Î.-P.-É.) C1A 7N8

Red Deer Status of Women Association
#109 – 4818, av. Gaetz
Red Deer (Alberta) T4N 4A3

Saskatchewan Action Committee, Status of Women
2204, rue McIntyre
Regina (Saskatchewan) S4P 5R9

St. John's Status of Women Council
Case postale 6072
Saint-Jean (Terre-Neuve) A1C 5X8

Thompson Action Committee on the Status of Women
Case postale 722
Thompson (Manitoba) R8N 1N5

Vancouver Status of Women
1220, rue Grant
Vancouver (Colombie-Britannique) V5L 2Y6

Victoria Status of Women Action Group
Case postale 6296, succursale C
Victoria (Colombie-Britannique) V8W 1J6

Yukon Status of Women Council, Women's Centre
302, rue Steele
Whitehorse (Yukon) Y1A 2C5

Organismes féminins nationaux

Association canadienne pour l'avancement de la femme, du sport et l'activité physique/Canadian Association for the Advancement of Women and Sport and Physical Activity (ACAFS/CAAW&S)
323, rue Chapel
Ottawa (Ontario) K1N 7Z2

Association nationale de la femme et le droit/National Association of Women and the Law (ANFD/NAWL)
400-1, rue Nicholas
Ottawa (Ontario) K1N 7B7
(Un comité dans chacune des provinces)

Comité national d'action sur le statut de la femme/National Action Committee on the Status of Women
344, rue Bloor ouest, #505
Toronto (Ontario) M5S 1W9

Congrès canadien pour la promotion des études chez la femme/Canadian Congress on Learning Opportunities for Women (CCPEF/CCLOW)
47, rue Main
Toronto (Ontario) M4E 2V6

Conseil consultatif canadien sur la situation de la femme/Canadian Advisory Council on the Status of Women
Case postale 1541, succursale B
Ottawa (Ontario) K1P 5R5

Évaluation-Médias
Case postale 1687, succursale H
Montréal (Québec) H3G 2N6

Fonds d'action et d'éducation juridiques pour les femmes/Women's Legal Education and Action Fund (FAEF/LEAF)
489, rue du Collège, pièce 403
Toronto (Ontario) M6G 1A5
(Contacts dans chacune des provinces)

Institut canadien de recherches sur les femmes/Canadian Research Institute for the Advancement of Women (ICREF/CRIAW)
151, rue Slater, pièce 408
Ottawa (Ontario) K1P 6C4

Media Watch
#250-1820, rue Fir
Vancouver (Colombie-Britannique) V6K 3B1

Santé

Calgary Women's Health Collective
316-223, 12e av. Sud-Ouest
Calgary (Alberta) T2R 0G9

Centre de santé des femmes de Montréal
16, boul. Saint-Joseph est
Montréal (Québec) H2T 1G8

DisAbled Women's Network Canada
776, rue East Georgia
Vancouver (Colombie-Britannique) V6A 2A3
(Un groupe dans chacune des provinces)

Edmonton Women's Health Collective
Case postale 4134
Edmonton (Alberta) T6E 4T2

Interaction Femmes-Santé/Women's Health Interaction
58, rue Arthur
Ottawa (Ontario) K1R 7B9

Les Presses de la santé de Montréal/Montreal Health Press
Case postale 1000, succursale Place du Parc
Montréal (Québec) H2W 2N1

Northwestern Ontario Women's Health Information Network
8A, rue North Cumberland, pièce 17
Thunder Bay (Ontario) P7B 5Z3

Pictou Women's Health Project
a/s Alexandra Keir, Case postale 965
New Glasgow (Nouvelle-Écosse) B2H 5K7

Regina Healthsharing
Case postale 734
Regina (Saskatchewan) S4P 3A8

Regroupements des centres de santé du Québec
Case postale 1197, succursale Place du Parc
Montréal (Québec) H2W 2P4

Toronto Women's Health Network, a/s L. Spring
1880, chemin Davenport
Toronto (Ontario) M6N 4Y2

Vancouver Women's Health Collective
888, rue Burrard
Vancouver (Colombie-Britannique) V6Z 1X9

Women's Health Clinic
419, av. Graham, #304
Winnipeg (Manitoba) R3C 0M3

Women's Health Education Network (WHEN)
Case postale 99
Debert (Nouvelle-Écosse) B0M 1G0

Women's Health Resources
1402-8e av. Nord-Ouest
Calgary (Alberta) T2N 1B9

Women Today
Case postale 1405
Clinton (Ontario) N0M 1L0

Women Unlimited, a/s Cheryl Aucoin
84, rue Grandview
Sydney (Nouvelle-Écosse) B1P 3N6

Divers

Association féminine d'éducation et d'action sociale (AFEAS)
180, boul. René-Lévesque est, pièce 200
Montréal (Québec) H2X 1N6

Gay Games and Cultural Festival
a/s Metropolitain Vancouver Athletic and Arts Association
1170, rue Bute
Vancouver (Colombie-Britannique) V6E 1Z6

Les Femmes pour l'action politique/Women for Political Action
Case postale 1213, succursale Q
Toronto (Ontario) M4T 2P4

Women's Education & Research Foundation of Ontario, Inc.
17, rue Chalmers
London (Ontario) N5Y 4E8

Women's Research Centre
1666, West Broadway
Vancouver (Colombie-Britannique) V6J 1X6

Annexe B

Revues et périodiques féministes publiés au Canada

Classifications :
Santé (S)
Éducation (E)
Milieu scolaire (M)
Féminisme général (F)

Action féministe (F)
344, rue Bloor ouest, pièce 505
Toronto (Ontario) M5S 1W9

Action : le magazine des femmes dans le sport et l'activité physique (F)
ACAFS, 323, rue Chapel
Ottawa (Ontario) K1N 7Z2

A Friend Indeed (S)
Case postale 515, succursale Place du Parc
Montréal (Québec) H2W 2P1

Atlantis: A women's studies journal (M)
Université Mount Saint Vincent
166, autoroute Bedford
Halifax (Nouvelle-Écosse) B3M 2J6

Auto-contrôle : Bulletin sur le syndrome prémenstruel (S)
4815, rue Bessborough, nº 4
Montréal (Québec) H4V 2S2

Breaking the Silence (F)
Case postale 4857, succursale E
Ottawa (Ontario) K1A 5J1

Canadian Woman Studies (M)
Université York, 4700, rue Keele
Downsview (Ontario) M3J 1P3

Cauldron (F)
a/s Salle de lecture
384, rue Queen
Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 1B2

Cayenne (F)
229, rue College, pièce 303
Toronto (Ontario) M5T 1R4

Common Ground (F)
81, rue Prince
Charlottetown (Î.-P.-É.) C1A 4R3

Communiqu'elles (F)
3585, rue Saint-Urbain
Montréal (Québec) H2X 2N6

Diva: A quarterly journal of South Asian women (F)
253, rue College, Unité 194
Toronto (Ontario) M5T 1R5

Documentation sur la recherche féministe (M)
IEPO, 252, rue Bloor ouest
Toronto (Ontario) M5S 1V6

Éducation des femmes (E)
Congrès canadien pour la promotion des études chez la femme
47, rue Main
Toronto (Ontario) M4E 2V6

Fireweed (F)
Case postale 279, succursale B
Toronto (Ontario) M5T 2W2

Healthmatters (S)
888, rue Burrard
Vancouver (Colombie-Britannique) V6Z 1X9

Healthnetwork News (S)
Northwestern Ontario Women's Health Information Network
8A, rue N. Cumberland, pièce 17
North Bay (Ontario) P7A 4L1

Healthsharing (S)
14, rue Skey
Toronto (Ontario) M6J 3S4

Images: Kootenay Women's Paper (F)
Case postale 736
Nelson (Colombie-Britannique) V1L 5R4

Interaction Femmes-Santé/Women's Health Interaction
Inter Pares
50, rue Arthur
Ottawa (Ontario) K1K 7B9

Kinesis (F)
301-1720, rue Grant
Vancouver (Colombie-Britannique) V2C 1Z5

Maternal Health News (S)
Case postale 46563, succursale G
Vancouver (Colombie-Britannique) V6R 4G8

Network of Saskatchewan Women (F)
2149, rue Albert
Regina (Saskatchewan) S4P 2V1

The Newsmagazine for Alberta Women (F)
#213, 8204 – 104e Rue
Edmonton (Alberta) T6E 4E6

Northern Women's Journal (F)
184, rue Camelot
Thunder Bay (Ontario) P7A 4A9

The Optimist (F)
Yukon Status of Women Council
302, rue Steele
Whitehorse (Yukon) Y1A 2C5

Our Lives (F)
Case postale 248, succursale P
Toronto (Ontario) M5S 2S8

Pandora (F)
Pandora Publishing Association
Case postale 1209, North
Halifax (Nouvelle-Écosse) B3K 5H4

Revue juridique de la femme et le droit (M)
323, rue Chapel
Ottawa (Ontario) K1N 7Z2

Tapestry: Okanagan and Shuswap
Women's Quarterly (F)
Case postale 1242
Vernon (Colombie-Britannique) V1T 6N6

Tiger Lily (F)
192, rue Cobourg
Stratford (Ontario) N5A 3E8

Vitality (S)
R.R. 2
West River Station (Nouvelle-Écosse) B0K 1Z0

Women and Environments (E)
455, avenue Spadina, pièce 426
Toronto (Ontario) M5S 2G8

Index

ABANDON : des programmes d'exercice 100, 108; des cours d'éducation physique dans les écoles; du sport de compétition 47-8, 68-9; voir aussi Retraite 89, 90

ACCOUTUMANCE À L'EXERCICE 100

ACTION POSITIVE 16, 22-3

ADMINISTRATION : voir Administration sportive

ADMINISTRATION SPORTIVE : universitaire 26-7, 85; organismes nationaux de sports 85-6; organismes provinciaux de sports 85-6; bénévoles 86; voir aussi Femmes dans le leadership sportif

ADOLESCENCE : et forme physique 68, 138-9, 141; 147; et les taux de participation aux sports 47, 68; et culture des pairs 44

AGRESSIONS SEXUELLES 57

AGRESSIONS SEXUELLES : voir Autodéfense

AGRESSIVITÉ 16, 23, 44, 51, 93, 102-4

AMÉNORRHÉE (SECONDAIRE) 153 : et l'ostéoporose chez les athlètes 156

ANDROGÈNES : voir Stéroïdes anabolisants

ANDROGYNIE 52-3, 102 : voir aussi Recherche sur les rôles propres à chaque sexe

ANÉMIE : voir Carence en fer 116-7

ANOREXIE MENTALE 121

ANXIÉTÉ : voir Anxiété liée à la compétition; Dépression

ANXIÉTÉ LIÉE À LA COMPÉTITION 95

APPROCHE BASÉE SUR L'ENTRAIDE À LA SANTÉ DES FEMMES 12, 118, 149, 153, 158

ARTICLE IX (titre IX) voir Lois et législation, É.-U.

ARTS MARTIAUX 74

ASSOCIATION CANADIENNE POUR L'AVANCEMENT DE LA FEMME ET DU SPORT 27, 74, 166

ATHLÈTES ENFANTS : socialisation 50, 81, 90; exploitation; voir aussi Droits des athlètes; Troubles alimentaires

ATHLÈTES EN FAUTEUIL ROULANT : facteurs physiologiques 147

ATHLÈTES LESBIENNES 20, 53

ATHLÈTES SOUFFRANT D'AMÉNORRHÉE 156

ATTITUDES HOMOPHOBES : historique 36; contemporaines 53; harcèlement 57

AUTODÉFENSE 74

AUTONOMIE : voir Personnalité

AUTOREPRÉSENTATION 52, 96, 110

BASKETBALL : historique 36

BIOGRAPHIE/AUTOBIOGRAPHIE 34

BLESSURES : chez les enfants; du sein 142-3

CALCIUM : besoin des athlètes aménorrhéiques 156; des femmes au cours de la ménopause 114; des femmes enceintes 116

CAMARADES/PAIRS : influence socialisante 44

CAPITALISME ET FÉMINISME : voir Théorie et pratique féministes

CARDIOPATHIES : voir Maladies coronariennes

CARENCE EN FER 116, 117

CARRIÈRES DANS LE SPORT : voir Administration sportive; Éducation physique; Entraîneurs et officiels; Femmes dans le leadership sportif; Harcèlement sexuel; Journalisme sportif; Retraite

CENTRE DE CONTRÔLE : voir Personnalité

CENTRE DE GRAVITÉ 11-2, 124

CERTIFICATION DES ENTRAÎNEURS : voir Programme national de certification des entraîneurs

CHARTE CANADIENNE DES DROITS ET LIBERTÉS : voir Lois et législation, Canada

CLASSE SOCIALE 13 : et les loisirs féminins 58-9, 77-8; et l'initiation sociale aux sports 34-5, 42, 58; et le comportement associé à l'exercice 100; et le rôle sexuel 53, 60

CODES DES DROITS DE LA PERSONNE : provinciaux et fédéral : voir Lois et législation, Canada

COMMERCIALISME 16, 65-66

COMPÉTITIONS DES MAÎTRES 81

COMPÉTITIONS POUR FEMMES : historique 36; contemporaines 68

COMPORTEMENT ASSOCIÉ À L'EXERCICE 98-100

CONFÉRENCES : les femmes et le sport 26, 27

CONFIANCE EN SOI 96

CONSEIL CONSULTATIF CANADIEN SUR LA SITUATION DE LA FEMME 30-32

CONSTITUTION CORPORELLE 124-5, 128

COOPÉRATION ET AMITIÉ : les valeurs féminines dans le sport; l'éthique dans le sport; les valeurs morales dans le sport 11, 22, 51, 93, 103, 164

COORDINATION : voir Performance motrice/ Aptitudes

COUP DE CHALEUR 136

CROISSANCE OSSEUSE AU COURS DE L'ENFANCE 124, 152 : tissus osseux cortical et trabéculaire 113, 156; effets de l'exercice 113-4

CULTURISME 53-4

CYCLISME : historique 34

DANSE/EXERCICES AÉROBIES 68, 96 : et l'attrait hétérosexuel 57, 62-3; et la dépression 100; et les blessures 142-3; et l'obésité 118; et la réponse à l'entraînement 100, 133

DÉFENSE DES DROITS ET MÉCANISMES D'INTERVENTION

DÉLINQUANCE JUVÉNILE : voir Déviance

DÉPRESSION : point de vue féministe 98; et l'exercice 98-9, 113

DÉVELOPPEMENT DES VALEURS MORALES ET LE SPORT 92, 102-3

DÉVIANCE : et le sport comme facteur pour mouler le caractère 51

DIFFÉRENCES BASÉES SUR LE SEXE, absence de 11, 92, 95, 105, 133

DIMENSIONS DU CORPS 106 : point de vue féministe 118; voir aussi Troubles alimentaires

DISCRIMINATION SEXUELLE DANS LE SPORT 20-4, 27-8, 52, 58-9, 64, 89, 103, 105, 147

DROITS DES ATHLÈTES 81, 92, 103

ÉCOLE : influence socialisante 28, 47-8

ÉCOLE NATIONALE DE FORMATION DES FEMMES ENTRAÎNEURS 32

ÉCOUTE DE LA TÉLÉVISION 49

ÉDUCATION PHYSIQUE 68 : taux de participation 30; carrières académiques 88; historique 34-5

EFFETS PHYSIOLOGIQUES ET PSYCHOLOGIQUES DE L'EXERCICE 96, 98, 153, 160

ÉGALITÉ DES RACES ET DES SEXES DANS LE SPORT 22, 53

ENQUÊTE CONDITION PHYSIQUE CANADA 44, 135, 138

ENTRAÎNEMENT ET RÉPONSE À L'ENTRAÎNEMENT 130, 133

ENTRAÎNEMENT VISANT LE DÉVELOPPEMENT DE LA FORCE PHYSIQUE/HALTÉROPHILIE 133, 141

ENTRAÎNEURS : influence socialisante 46, 61; responsabilités 121

ENTRAÎNEURS ET OFFICIELS : carrières 83-7, 89; styles 46-7; modèles féministes 32

ÉPISTÉMOLOGIE : voir Recherche et méthodologie féministes

ÉQUIPEMENT PROTECTEUR 143

ETHNICITÉ : voir Race et appartenance ethnique

EXPLOITATION PSYCHOLOGIQUE 57

EXPLOITATION SEXUELLE 57, 73

FAMILLES : influence socialisante 42-4; et les activités sportives des femmes 58-9; et le comportement associé à l'exercice 100-1, 108

FÉCONDITÉ : voir Grossesse; Variations du cycle menstruel

FÉMINISME LESBIEN : voir Théorie et pratique féministes

FÉMINISME LIBÉRAL 16 : critique 44; voir aussi Théorie et pratique féministes

FÉMINISME MARXISTE : voir Théorie et pratique féministes

FÉMINISME RADICAL : voir Théorie et pratique féministes

FÉMINISME SOCIALISTE : voir Théorie et pratique féministes

FÉMINITÉ : voir Hétérosexualité obligatoire; Médias d'information; Recherche sur le rôle sexuel

FEMMES DANS LE LEADERSHIP SPORTIF 30-1

FEMMES DE COULEUR : voir Race et appartenance ethnique

FEMMES EN MOUVEMENT 32

FEMMES PLUS ÂGÉES : et l'exercice 96, 110, 113; et les loisirs 110; et la pauvreté 93; et la thermorégulation 136; voir aussi Compétition des maîtres

FIBRES MUSCULAIRES : à contractions lente et rapide 133

FONCTION HYPOTHALAMIQUE 153-4

FONCTION DE LA REPRODUCTION 35-6, 77-8

FONDS D'ACTION ET D'ÉDUCATION JURIDIQUES POUR LES FEMMES (FAEF) 20

FORCE MUSCULAIRE ET ENDURANCE 133

GAGNER, importance de 46, 61 : voir aussi Coopération et amitié

GARDE DE JOUR/GARDE DES ENFANTS 58-9, 77-8

GARDE DES ENFANTS : voir Garde de jour/ Garde des enfants

GAY GAMES AND CULTURAL FESTIVAL 53

GROSSESSE 153-4 : et exercice 160; et la santé du foetus 160

GROUPE D'ÉTUDE SUR L'ÉGALITÉ DES CHANCES DANS LE SPORT (ONTARIO) 20, 30

GROUPE DE TRAVAIL NATIONAL SUR LES JEUNES FEMMES ET L'ACTIVITÉ PHYSIQUE 32

GYMNASTIQUE : blessures 143; retraite 90

GYNÉCOLOGIE : critique féministe 14, 149-50

HANDICAPS, FILLES ET FEMMES AVEC 138-9, 145-6; athlètes avec 147

HARCÈLEMENT SEXUEL 16-7-8, 21, 57, 66, 81

HÉTÉROSEXUALITÉ OBLIGATOIRE 36-7 : et attrait hétérosexuel 53-4, 63-4

IMAGE CORPORELLE: voir aussi Troubles alimentaires

INACTIVITÉ, maladies de l' 108

INCLINATION HÉTÉROSEXISTE 11, 16 : voir aussi Recherche et méthodologie féministes

INDEX DES ÉTUDES SUR LES FEMMES 173

INFRACTIONS AUX RÈGLEMENTS 102-4

INITIATION SOCIALE AU SPORT 42-3, 62-3, 64, 77-8, 81-2, 93, 98

INITIATIVES GOUVERNEMENTALES : et le sport féminin 30-2

INSTALLATIONS : attribution 73; accessibilité 58, 100, 110, 145

INTÉGRATION : des filles et des femmes dans le sport 22, 68, 73; des athlètes handicapées 145

JEU 47 : les enfants; le sport vu comme une sorte de jeu 81, 110

JOURNALISME SPORTIF : carrières 64; harcèlement sexuel et 57

LACTATION : voir Grossesse

LANGAGE SEXISTE 12

LES LESBIENNES ET LE SPORT 20, 53, 57, 73

LES VALEURS MORALES DANS LE SPORT 81, 90-1

LESBIANISME 36, 50 : voir aussi Hétérosexualité obligatoire

LITIGE 20-1

LITIGE LIÉ À LA CHARTE (AFFAIRE BLAINEY) 21

LOIS ET LÉGISLATION, CANADA 20-1

LOIS ET LÉGISLATION, ÉTATS-UNIS 16, 47, 84

LOISIRS : voir Loisirs communautaires; Sport féminin; Temps libre

LOISIRS COMMUNAUTAIRES : pour les filles 30, 60, 71; pour les femmes 30, 60, 74

MAIGREUR : et valeurs culturelles 118-9, 127-8

MALADIE DES OS : voir Ostéoporose

MALADIES CORONARIENNES 108

MASCULINITÉ : voir Recherche sur le rôle sexuel

MASSE MAIGRE DU CORPS 118-9, 127-8

MÉCANISMES D'INTERVENTION : et défense des droits 27, 53

MÉDIAS D'INFORMATION : et les sports féminins 32, 49, 64-5, 77, 141, 166

MÉNARCHE 89, 90, 139, 152

MÉNOPAUSE : et l'exercice 113

MENSTRUATION 14 : et performance 158; et la thermorégulation 136

MÈRES : influence socialisante 141; et les loisirs 77

MINCEUR : et valeurs culturelles 118-9, 127-8

MODÈLE ADAPTIF : et la santé des femmes 149, 150

MODÈLES PATHOLOGIQUES DE LA SANTÉ DES FEMMES : critique féministe 149, 150

MOLIMEN : voir Symptômes prémenstruels

MONITEURS D'ÉDUCATION PHYSIQUE : influence socialisante 46

MOUVEMENT FÉMININ : traitement dans les médias d'information 62

MOUVEMENT FÉMININ POUR LA SANTÉ : voir Approche basée sur l'entraide à la santé des femmes

NAISSANCE 160

NUTRITION 116, 156

OBÉSITÉ : risques pour la santé 108, 118; voir aussi Approche basée sur l'entraide à la santé des femmes

OESTROGÈNES : et aménorrhée 153; et ostéoporose 113

OLIGOMÉNORRHÉE : voir Variation du cycle menstruel

ORGANISMES FÉMININS : liste (voir l'annexe A); interventions

OSTÉOPOROSE

OVULATION : voir Symptômes prémenstruels; Variations du cycle menstruel

PAIRS : influence socialisante 44

PARRAINAGE DU SPORT FÉMININ 36, 64-5

PÈRES : influence socialisante 42

PERFORMANCE : et l'âge 110, 137, 138-9; et le cycle menstruel 158; et la grossesse 160

PERFORMANCE MOTRICE/APTITUDES 42-3, 137

PÉRIODISATION : dans l'histoire de la femme 35

PERSONNALITÉ 52, 93

PHASE LUTÉALE COURTE : voir Variations du cycle menstruel

POINT DE VUE CENTRÉ SUR LA FEMME : voir Recherche et méthodologie féministes

POLITIQUE CONCERNANT LES FEMMES ET LE SPORT : provinciale et fédérale 26-7

PRÉJUGÉS SEXISTES 9, 11, 12, 16, 28, 66

PRÉVENTION DES BLESSURES 135, 142

«PROCHES IMPORTANTS» 44 : et le comportement associé à l'exercice 100

PROGESTÉRONE 114

PROGRAMME NATIONAL DE CERTIFICATION DES ENTRAÎNEURS 83

PROGRAMME POUR LES FEMMES DE CONDITION PHYSIQUE ET SPORT AMATEUR 31-2

PROGRAMMES D'AIDE AUX ATHLÈTES 81

PROGRAMMES EXTÉRIEURS 73-4 : voir aussi Style d'animation

PSYCHOLOGIE : critique féministe 92, 108

PSYCHOLOGIE DU SPORT : critique de l'approche fondamentaliste 93; voir aussi Recherche sur le rôle sexuel

PUBERTÉ 22, 64, 89

PUBLICITÉ 65

RACE ET APPARTENANCE ETHNIQUE 12, 13, 35 : et les loisirs féminins 74, 77; et la participation aux sports 60, 107; et les façons d'aborder la compétition 61; et le rôle sexuel 61; et l'ostéoporose 113

RECHERCHE ET MÉTHODOLOGIE FÉMINISTES 9, 12, 13-4, 34-5, 89-90, 92, 164

RECHERCHE SUR LES RÔLES PROPRES À CHAQUE SEXE : critique féministe 11, 52, 102

RECHERCHE SUR LES FEMMES ET LE SPORT : critique féministe 41, 88, 92

RÉGIME ALIMENTAIRE : des athlètes enceintes et athlètes souffrant d'aménorrhée 160; dans le traitement des symptômes prémenstruels 158-9; des athlètes aménorrhéiques; voir aussi Nutrition

RÉGULATION DU POIDS : et les programmes d'exercice 73, 118

RÉPARTITION DES TISSUS GRAISSEUX : voir Tissus adipeux

RETRAITE 89

REVUES ET PÉRIODIQUES FÉMINISTES PUBLIÉS AU CANADA : liste (voir l'annexe B); traitement du sport féminin 62-3

SANTÉ CARDIO-VASCULAIRE 127-8, 133, 138-9; et l'âge 138-9; chez les enfants aveugles 139

SCIENCE : critique féministe 105

SEXUALITÉ, CONSTRUCTION SOCIALE DE LA 12, 13, 62-3, 77-8

SITUATION SOCIOÉCONOMIQUE : voir Classe sociale

SOCIALISATION 42, 49, 62-3, 77, 81-2, 93, 98

SOCIALISATION DANS LE SPORT 50, 93

SOCIOLOGIE DU SPORT : critique de l'approche fondamentaliste 13, 41

SOMATOTYPE 124

SOUPLESSE 11, 135

SOURCES HISTORIQUES 34-5

SPORT FÉMININ 16-7, 23-4, 50, 73-4; voir aussi Athlètes lesbiennes

SPORT INTERSCOLAIRE 68

SPORT INTERUNIVERSITAIRE/INTERCOLLÉGIAL 46, 60, 69; historique 34-5

SPORT INTRAMUROS : scolaire 69; communautaire 71

SPORT UNIVERSITAIRE 46, 84

SPORTS AU NIVEAU DES COLLÈGES COMMUNAUTAIRES 69, 84

SPORTS D'ÉQUIPE : et le développement des valeurs morales 102-4; et la discrimination sexuelle 69

SPORTS EN FAUTEUIL ROULANT 145-7

STÉRÉOTYPES SEXUELS DANS LA PUBLICITÉ 62

STÉROÏDES ANABOLISANTS 141

STYLE D'ANIMATION 73-4 : voir aussi Entraîneurs et officiels

SUDATION 136

SYMPTÔMES PRÉMENSTRUELS/MOLIMEN 158

SYSTÈME ÉNERGÉTIQUE AÉROBIE 128; voir aussi Santé cardio-vasculaire

SYSTÈME ÉNERGÉTIQUE ANAÉROBIE 127-8

SYSTÈME SQUELETTIQUE 124 : et la course 124-5; et le lancer 125

TÂCHES DOMESTIQUES : et les temps libres des femmes 77-8; et la santé mentale des femmes 98; et les carrières dans le sport 83, 89-90

TEMPS LIBRE 58, 77-8, 96

THÉORIE ET PRATIQUE FÉMINISTES 12 : et l'égalité des sexes dans le sport 16-7

THÉORIES GÉRONTOLOGIQUES SUR LA RETRAITE 89

THÉRAPIE À BASE D'EXERCICES : et dépression 98; et cardiopathies 108; et obésité 108, 118

THERMORÉGULATION 124, 136, 160

TISSUS ADIPEUX 118, 124, 127-8, 152

TITRE IX : voir Lois et législation, États-Unis

TROUBLES ALIMENTAIRES 121

UNION SPORTIVE INTERUNIVERSITAIRE CANADIENNE 26, 69, 85

USAGE DU TABAC 108

VALEURS DANS LE SPORT 22, 44, 77-8

VARIATIONS DU CYCLE MENSTRUEL 36, 152, 153

VIOLENCE À L'ÉGARD DES FEMMES

VIOLENCE DANS LE SPORT 51, 92, 102-4

VIOLENCE SOCIALE : et les femmes 102; voir aussi Déviance

VO2 MAX (ABSORPTION MAXIMALE D'OXYGÈNE) 127-130 : voir Système énergétique aérobie